



「お得な健診」を受診しよう!

実施期間 7月2日月~11月30日金

特定健診・特定健診プラス、後期高齢者健診

国保特定健診・国保特定健診プラス

自己負担金が昨年度の半額に!

■国保特定健診 生活習慣病の早期発見を!

対象 40歳から74歳まで(昭和12年9月1日~昭和48年3月31日生まれ)の名張市国民健康保険に加入している人 ※対象者に受診券を送付(5月から8月に加入の人には、加入日の約2ヵ月後に送付)

健診項目 血液検査(脂質、血糖、尿酸、腎機能、肝機能)、尿検査、血圧測定、身体計測(身長、体重、腹囲) ※医師が必要と認めた場合は、心電図、眼底検査、貧血検査を実施

自己負担金 500円 ※昨年度は1,000円。通常の健診料は約8,000円

■国保特定健診プラス もう少し内容の濃い健診ならこちら!

対象 国保特定健診と同じ

健診項目 特定健診項目に、心電図、胸部レントゲンを追加 ※今年度から胸部レントゲンを2人の医師がチェックします(二重読影)。そのため結果の送付が昨年より遅くなる場合があります。

自己負担金 1,000円 ※昨年度は2,000円。通常の健診料は約14,000円

▼特定健診か特定健診プラスどちらか一方を選択して受診してください。▼社会保険の人は、保険証の発行元が実施する特定健診を受診してください。

■後期高齢者健診 生活習慣病の早期発見を!

対象 75歳以上(昭和12年8月31日までに生まれた人)の後期高齢者医療制度に加入する人 ※対象者に受診券を送付(7歳以上5月から7月になる人は8月下旬、8月になる人は9月下旬送付)

健診項目 国保特定健診の項目に準ずる内容

自己負担金 住民税課税世帯の人は500円。住民税非課税世帯の人は200円

☆☆☆☆☆☆☆☆ 持ち物 保険証、受診券、質問票(事前に必要事項を記入)、昨年度の健診結果(ある人)、自己負担金 ◎健診結果は、受診後1~2ヵ月で、受診した医療機関から通知

☎ 保険年金室 ☎ 63-7445 (国保) ☎ 63-7105 (後期高齢者)

Table with 4 columns: 医療機関名, 住所(電話番号), 特定健診後期高齢者健診, 特定健診プラス. Lists various medical facilities and their services.

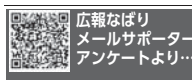
◎受診券に同封の医療機関一覧から変更となっています。「百合が丘クリニック」を追加しています。

「書かなかった手紙」

わたしには知的障害のある幼なじみがいました。小学校の低学年のころまでは、特に違いを意識することなく、よく一緒に遊んでいました。彼女が障害児学級に入ると、交流が途絶えがちになり、中学校を卒業するころには、彼女のことはほとんど頭になく、卒業後、彼女がどうしているのかさえわたしは知りませんでした。それから、何年も経ったある日に、何の前触れもなく彼女から手紙がきました。好きなアニメの話と、仕事がきつくと、やめた方がいいよという話、ひらがなばかりで、とりとめなく書いてありました。「なぜ今ごろになって、よりによってわたしに...」と思いましたが、とりあえず返事を書きました。するとまた間を置かずに彼女から手紙が...。前よりも長く、一生懸命書いてくれたことがわかる手紙でした。そうしたやり取りが何度か続きました。しかし、わたしにとってポストの中の彼女の手紙を手取るのが、だんだん苦痛になってきました。わたしの返事を待っていたかのようにすぐに届く彼女からの手紙。ありったけの思いが注がれた文面。でも、大学生になり、たくさんの友人ができ、新しい世界が広がっていたわたしには、彼女か



らの手紙は重すぎて、返事を書くのがおっくうになってきたのです。「気軽に返事を書かなければよかった」だんだんと返信の間隔が遠のき、ついには返事を出さなくなりました。しばらくして、彼女からの手紙も来なくなり、そのことにほっとしている自分がありました。もちろん罪悪感はありませんが...。数年が経ち、そんなこともすっかり忘れてしまっていたわたしに、彼女からの手紙が届きました。仕事をやめると引越すことと、「ありがとう」という言葉が書かれていました。でも、引越した住所は書かれていませんでした。例えようのない後悔の気持ちが押し寄せてきました。「彼女にとってわたしの存在はわたしが考えている以上のものだったのかもしれない。幼いころに遊んだわたしは、彼女のよりどころだったのではないかな。そうならざるを得ない厳しい現実のなかで彼女はいたではないか。それなのに、手紙を書く少しの間を惜しんで、彼女の思いを断ち切ってしまった」そんな風に思うと、涙が止まりませんでした。「ごめんね」を伝える手段もないまま、後悔だけがずっと残っています。



6-2号掲載「エコドライブ」について ▼特集を読んで、知らず知らずのうちにエコドライブをしていました。▼アイドリングストップは慌てそうなので、怖くて行っていませんでしたが、できる範囲で挑戦してみようと思います。