

福祉・健康情報

高齢者・障害がある方を対象としたお知らせや、健康に関する情報です

●高齢者の介護に関する相談
☎25・9119

●障害がある方の総合相談
☎73・5936 FAX 73・5937

開設日時は窓口によって異なります

●夜間急病センターの場所・診療時間が変わりました
市立旭川病院 2階（金星町1 ☎25・0297）・午後10時～午前7時30分

夜間・休日の当番医は
北海道救急医療情報案内センター

一般電話からはフリーダイヤル
☎0120・20・8699

携帯電話からは
☎011・221・8699



旭川市
医師会

健康管理と保険料軽減のために

特定健診を受けましょう！

特定健診とは

- Q 通院していても健診は必要？
- A 通院先では実施していない検査項目が含まれている場合や、個別での検査より安い場合がありますので、ぜひ特定健診を受けてください
- Q 毎年受診する必要があるの？
- A 自覚症状が少なく、気付かないまま病気が進行していることも多いため、定期的に受診し、早期に見つけて治療することが大切です
- Q 受診料は？
- A 通常は8,000円～11,000円ですが、国保加入者は500円（前年度非課税世帯は無料）で受診できます
- Q 見つけられる病気は？
- A 高血圧・糖尿病・脂質異常症・痛風・動脈硬化・脂肪肝・アルコール性肝臓病・慢性腎臓病などの生活習慣病です



みんなで特定健診を受けて 国保の保険料を下げよう

旭川市の国民健康保険（国保）特定健診の受診率は23.0%（平成29年度）で、全国の中核市54市中で53位と非常に低い状況です。

こうした中、来年度から、**受診率が30%以下の保険者（旭川市）は、国からの交付金が減額されます。**受診率を30%にするためには、**新たに約2,500人の受診が必要です。**今年度の特定健診を受けていない方は、早めに受診しましょう。

●受診券を送付しています

国保加入者で35歳以上（来年3/31現在）の方には、4月下旬に黄色の封筒で受診券（桃色）を送付しています。受診方法は同封のチラシをご覧ください。また、受診券をお持ちでない方には再発行します。

【詳細】国民健康保険課 ☎25・9841

胃・肺・大腸がん巡回検診

実施日	受付時間	会場
11/1(金)	9:00～10:00	千代ヶ岡会館(西神楽2線24号)
11/12(火)	9:00～10:00	西神楽農業構造改善センター(西神楽南2の3)
11/13(水)	9:00～10:00	旭正忠別総合会館(東旭川町旭正)
11/19(火) 22(金) 26(火)★ 27(水)★	9:00～10:00	東部住民センター(東光5の2)
11/25(月)	9:00～10:00	高野会館(神楽7の11)
12/2(月)★	9:00～10:00	西神居会館(神居町神居古潭)

★印の日は国保特定健診・後期高齢者医療健診も受診可。事前に申込みが必要

☎申込み不要。持ち物や検診料等は、問い合わせを。大腸がん検診は当日、会場で受付け。後日、便を提出
※旭川がん検診センター（末広東2の6 ☎53・7111）でも受診可。希望者は同センターに申込みを。
☎健康推進課 ☎25・6315

糖尿病について考える会

「気になる糖尿病早わかり入門」

☎医師によるミニ講話、運動実技
☎11/16(土) 10:00～12:00
☎申込み不要
☎市立旭川病院栄養給食科（金星町1 ☎24・3181）

特定健診・後期高齢者医療健診とがん検診を併せたセット型健診

☎①11/26(火)～28(木)＝J A 東旭川（東旭川南1の5）
②11/26(火)・27(水)＝東部住民センター（東光5の2）
③11/29(金)＝J A 東神楽西神楽支店（西神楽南1の2）
☎協会けんぽ等の他保険の家族（被扶養者）も利用可
☎各実施日の1週間前までに①③旭川厚生病院健康推進課 ☎33・7171、②旭川がん検診センター ☎53・7111
☎国民健康保険課 ☎25・9841、後期高齢者医療健診は ☎25・8536

健康

がん患者サロンひまわりミニセミナー「最近の抗がん剤治療ってなに？～テレビなどで耳にする薬を整理しよう」

☎10/23(水) 13:00～13:30
☎がん患者とその家族
☎電話か、住所・氏名・電話番号を記入してファックスで、市立旭川病院がん相談支援センター（金星町1 ☎24・3181、☎25・8370）

市民公開講座

「市立旭川病院精密治療の最前線」
☎放射線科、泌尿器科、胸部外科の医師による治療について
☎10/26(土) 10:00～12:00
☎市立旭川病院地域医療連携課（金星町1 ☎72・4002）



「あさひかわ安心つながり手帳」をご活用ください

医療と介護の関係者がつながりを生かした支援を行うため、担当のケアマネジャーを通して、介護保険サービスを利用している方に「あさひかわ安心つながり手帳」を配布しています。

緊急連絡先、関わりのある医療機関や介護事業所等を手帳に記入して、ご利用ください。

また、手帳カバーにはお薬手帳や保険証等を入れることができるポケットが付いていますので、保険証等をまとめて管理することができます。

☎長寿社会課 25・5273



保険料の減免と支払いの猶予

災害や失業、長期入院、その他特別な事情により保険料の納付が困難な場合は、保険料の減免や支払猶予の申請ができます。

☎介護保険課 25・5356

高齢者等支援

住宅前道路除雪事業の

申請最終締め切りは11/29(金)です

高齢者・身体障害者世帯の住宅敷地入り口部分に、道路除雪時に生じる残雪をなるべく置かないよう配慮します。利用を希望する方は、期限までに申請してください。

☎利用条件や詳細は本誌9月号(12ページ)に掲載

☎長寿社会課 25・6457、障害福祉課 25・6476

その他

高齢者の肺炎球菌感染症予防接種の医療機関を変更

4月下旬に予防接種対象者に送付した通知書の医療機関情報が、一部変更になりました。

辞退 旭川循環器科内科クリニック (5の9 ☎25・6325)、いとう内科歯科クリニック (川端町4の6 ☎52・0239)、斉藤外科胃腸科医院 (豊岡8の5 ☎34・0666)

☎健康推進課 25・9848

福祉・保険

国民健康保険 (国保)

他の健康保険に加入・離脱した場合、14日以内に国保の離脱・加入の届出を

国保への加入の届出が遅れると、事実の発生した月までさかのぼって国保に加入することになるため、保険料もさかのぼって納めることになります。また、他の健康保険に加入後、国保の離脱の届出をせずに国民健康保険証を使用して医療期間を受診すると、後日国保が負担した医療費を返還しなければなりません。

持ち物 ●国保を離脱＝国民健康保険証、新たに加入した健康保険の資格取得証明書または保険証(全員分)、マイナンバーの確認ができる物

●国保に加入＝他の健康保険の資格喪失証明書、マイナンバーの確認ができる物

届出先 市民課 (総合庁舎1階)、各支所

☎国民健康保険課 25・6247

介護保険

10/16～31は介護保険料「普通徴収」の方の第4期の納期です

普通徴収の方の保険料の納入は、口座振替が便利で確実です。

☎介護保険課 25・5356

精神保健講演会「こころの健康をかんがえる～インターネット・ゲーム症(障害)の現状と関わり方のコツ」

☎11/10(日) 14:00～16:00

☎イオンホール(宮下通7 イオンモール旭川駅前4階) ☎150人
☎手稲溪仁会病院精神保健科部長 白坂知彦さん

☎10/31(木)までに健康推進課 25・6364

心の健康に関する催し

☐旭川自死遺族わかちあいの会

☎11/15(金) 13:30～15:00

☎第三庁舎保健所棟1階

☎自死遺族の方

☎初めての方は、参加前に保健師の個別相談あり

☎健康推進課 25・6364

☐精神科医師による心の健康に関する相談(予約制)

☎11/20(水) ☎第二庁舎2階

☎精神科・心療内科への通院歴がない方、その家族

☎事前に保健師の個別相談あり

☎健康推進課 25・6364

90日間体重測定チャレンジ事業に参加する事業所を募集

従業員の健康づくりを目的に、90日間、職場で体重と歩数を測定し、記録する事業です。実施期間中に、体組成測定や保健師・管理栄養士による健康講話、スポーツクラブ(ホリデイスーツクラブ、カロリロ)が無料で利用できます。

実施期間 12/2(月)からの90日間
対象・定員 市内の事業所・1事業所5人以上で6事業所(先着順)

☎保健指導課 26・2397

