

# 健康診査を受けましょう

関すこやか生活課 ☎・📠(581)0201 📠(581)1628

今年の健康診査(健診)はもう受けましたか。健診を受けて、生活習慣病の発症・重症化を予防しましょう。

## ●生活習慣病の発症・重症化予防に役立つ健診

生活習慣病(糖尿病、高血圧症、脂質異常症など)は、不健康な生活習慣により血液、血圧、尿などに異常がみられる病気です。病気の初期には自覚症状がないため、毎年の健診で血液などの状態を調べるのが大切です。

## ●生活習慣病の放置は厳禁、健診後の保健指導を受けましょう

血液などの異常を放置すると、全身の血管の動脈硬化が進み、心筋梗塞、脳梗塞などの重篤な疾病を引き起こします。健診後、特定保健指導などの案内があった場合は、指導を受けて生活習慣を見直しましょう。



## ●年に1回の健診で自分の健康を確認しましょう

生活習慣病は、生活習慣を見直すことで予防・改善できる病気です。まずは健診を受けて、自身の状態を把握することから始めませんか。

18~39歳の人	40~74歳の人		75歳以上の人
学校・職場などで健診を受ける機会のない人。加入している保険の種類は問いません	国民健康保険に加入している人	国民健康保険以外に加入している人	後期高齢者医療制度に加入している人で、手元に健康診査受診券が届いている人
39歳以下健診 1,500円	特定健康診査 無料	加入の保険者が実施する特定健康診査を受けてください	75歳以上健診 無料

## 令和4年分公的年金などの「扶養親族等申告書」を提出してください

公的年金を受給し、老齢年金(65歳未満の人:年額108万円以上、65歳以上の人:年額158万円以上)を受け取る人は、9月中旬より日本年金機構から「扶養親族等申告書」が送付されています。

申告書の提出がまだの人は、10月29日(金)までに日本年金機構に届くよう提出をお願いします。ただし、次の項目にあてはまる人は、扶養親族等申告書の提出は不要です。

### ●申告書の提出が不要な人

控除対象となる配偶者または扶養親族がおらず、本人が障害者または寡婦・ひとり親に該当しない人。  
※詳しくは、扶養親族等申告書に同封の「提出の手引き」を確認いただくか、下記へお問い合わせください。

### 📞扶養親族等申告書お問い合わせダイヤル

☎0570(081)240(ナビダイヤル)

※050から始まる番号で電話する場合は

☎03(6837)9932(一般電話)

日本年金機構草津年金事務所

☎(567)2220 📠(562)9638

国保年金課

☎・📠(582)1120 📠(582)1138



日本年金機構  
ホームページ

## 「もりやまこども未来商品券」の発送を開始します

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、負担が大きくなっている子育て世帯や妊婦の皆さまに、市内の加盟店で利用できる地域商品券を10月中旬から順次発送します。申請は不要です。

### 📌対象者1人当たり5,000円分の商品券

- ・一般店専用券 500円券×8枚
- ・共通券(大型・一般店のいずれでも使用が可能) 1,000円券×1枚

### 📌市内在住で0~18歳(平成15年4月2日以降生まれ)の子どもがいる世帯

- ・12月28日(火)までに市窓口で母子健康手帳の交付を受けた人

※他市で母子健康手帳の交付を受け、守山市へ12月29日(水)~31日(金)に転入(異動)し、令和4年1月14日(金)までに転入手続きを済ませた人には、後日商品券を発送します。



📞こども政策課 ☎(584)5925 📠(582)1138