

# 保健婦メモ

税金の申告も無事終り、心も晴れて新スタートの4月ですね。入学式で心うきうきの新入生は、まさしく、ピッカピッカですが、実は、皆さんも、成人老人保健の分野では、新一年生といってもよいのではないのでしょうか。

特に、30才は、子宮がん、乳がん検診、40才は胃がん検診、一般健康診査(血圧、尿、血液等)の始まる歳であり、このころから土の中に埋もれていた成人病の芽が、出はじめる時期でもあります。働き盛りの30代40代、実年の50代60代、まだまだ若い70代80代さあ、一つ、あなたも一年生になった気持ちで、61年度の健康づくりには、とり組んでみませんか。






ちょっとしたきっかけで、渡

ろうか渡るまいか迷っていた橋が、渡ってみると案外何でもなかったというのが、検診を受けた人の実感のようですね。やはり、向う岸で、「大丈夫だよ」と呼びかけてくれる人が身近にいると心強いものです。

ご家族連れで、又は、ご近所の方とさそいあって、お互いの幸せのために、どうぞ、検診をうけにきて下さい。尚、今年度の町の検診予定は、表の通りです。次回5月号から保健婦メモで、お知らせしていきますので、参考にして下さい。

## ★ 雑談コーナー

先日母子保健推進員さんの研修会があり、そこで「最近、光町でも若い20才前後の妊娠や又3人目にチャレンジしている人が増えているようね。」「今は、姑が働いて嫁が家で子守をするのが多いみたい。」との声がありました。町では、この様な方々に今年度から、妊婦さんだけでなく最近赤ちゃんが生まれたお母さん

5月		胃がん検診 (21日~30日)
7月		子宮がん検診 ☆ (7日、8日)
8月		乳がん検診
9月		住民検診 一般健康診査 (9月22日~10月14日)
10月		〃

## ある検診日に。。。



近年医療費は、人口の高齢化医療技術の高度化等によって、激増を続けており、これに対応するため国保財政は四苦八苦ししています。

もちろん国からの補助もありますが、医療費が増えれば当然保険税のアップとなり、国保加入者の負担となつてはねかえり



## 医療費を大切に

**医療費の激増は 保険税の激増である**

それでは、どうすれば医療費を節約することができるでしょうか。

- 皆さんは、次のようなことに心あたりはありませんか。
- 同じ病気でいくつもの病院等を渡り歩く。
- むやみに時間外に受診する。
- 往診を頼むことが多い。
- 町が行う健康診断を怠りがち

このようなことは、なるべくさけてお互いに医療費をたいせつにし、保険税はなるべく安くしたいものです。

**受けて安心**  
**我家の健康**

んも、お誘いし、育児の悩みや経験ある他のお母さん、母子保健推進員さんによる「おばあちゃん(?)の知恵袋」を、拝借して、これからお母さんになる妊婦さんを混じえ、育児問答今昔を、行う予定です。「働いている」「上の子の子守りで忙しい」等、大変とは思いますが、是非ご参加ください。

