



毎月第1・第3日曜日発行
広報みたかはシルバー人材センターの会員がお届けしています。

発行：三鷹市
編集：秘書広報課
〒181-8555 三鷹市野崎1-1-1

市役所代表電話
☎0422-45-1151(代)
ホームページ
http://www.city.mitaka.tokyo.jp/

携帯サイト
http://www.city.mitaka.tokyo.jp/i/



今号の紙面から

- 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料のしくみをお知らせします2面
- 胃がんリスク検診(ABC検診)で胃の健康度をチェックしましょう2面
- 飼い主のいない猫の避妊・去勢手術費用を減額します3面
- 市からのお知らせ7面から
- 第30回太宰治賞が決まりました!8面

健康だから、自分には必要ないと思いませんか？ 特定健診・後期高齢者健診で健康チェック

無料で近くで受診できます

5人に1人が、メタボリックシンドローム該当者またはその予備群です! (※)

糖尿病・高血圧・脂質異常症などの生活習慣病は、自覚症状のないままゆっくり進行します。そのため、発症や重症化を防ぐには、毎年継続的に健診を受けて健康状態を確認し、早めに対処することが重要です。

市では、40歳以上の三鷹市国民健康保険加入者に「特定健診」を、後期高齢者医療制度加入者に「後期高齢者健診」を実施しています。市内64カ所のお近くの医療機関で、無料で受診できます。年に一度の健康チェックの機会を逃さず、ぜひご利用ください。

☎保険課特定健診係 ☎46-3271

三鷹市特定健診実施結果(平成23年度)	
メタボリックシンドローム該当者	総数 13.4% (男性 22.9%/女性 6.7%)
メタボリックシンドローム予備群	総数 9.9% (男性 17.0%/女性 5.0%)
収縮期血圧(高血圧)有所見者	総数 42.4% (男性 46.6%/女性 39.5%)
中性脂肪(脂質異常症)有所見者	総数 18.4% (男性 26.6%/女性 12.7%)
空腹時血糖(高血糖)有所見者	総数 11.5% (男性 16.7%/女性 7.8%)

(※)第二期三鷹市特定健康診査等実施計画より



お口の健康も大切です

健診の流れ あなたも受診しましょう!

1 受診票の送付

各健診の対象者に、誕生月ごとの受診期間に合わせて市から受診票を送付します。

■特定健診=4月1日から継続して三鷹市国民健康保険に加入し、本年度中に40~75歳になる方

後期高齢者健診=後期高齢者医療制度に加入している方

※4月2日以降に三鷹市国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入し、健診の機会がない方や、8~3月生まれの対象者で早めに受診を希望する方は、同係にお問い合わせください。

※被用者保険(国保組合を含む)に加入している方やその扶養家族の方の特定健診は、保険証を発行している保険者にお問い合わせください。

誕生月	受診期間	送付時期
4~7月	6月1日(日)~9月30日(火)	5月下旬
8~11月	8月1日(金)~11月30日(日)	7月下旬
12~3月	10月1日(水)~平成27年1月31日(土)	9月下旬

2 医療機関への問い合わせ

各健診は、市の実施医療機関で受診する個別健診です。受診票に同封の実施医療機関一覧表を確認のうえ、希望する医療機関で受診してください(予約の必要な医療機関や土日に受診できる医療機関もあります)。

3 受診

当日は、受診票と保険証を必ず持参してください。

◆健診項目

身体計測、理学的検査(診察)、血圧測定、血液検査(脂質、肝機能、血糖、貧血、白血球、血小板、血沈、腎機能、痛風)、尿検査、眼底検査、胸部X線検査、心電図検査、便潜血検査

※「後期高齢者健診」には上記項目に、血清アルブミン(血液検査)が加わります。

※健診項目以外の検査や治療(医療行為)を受けた場合は、自己負担費用が発生します。



4 結果の説明

健診後およそ1カ月以内に、受診した医療機関で結果の説明を受けてください。

※「特定健診」の結果、生活習慣病のリスクが高いと判定された方には、「特定保健指導」の案内があります。

第48回 愛の歯どい

三鷹市歯科医師会、市
6月7日(土)

①歯科相談(正午~午後1時30分)

歯科医師による歯科相談と口腔内カメラによる観察など。

②講演会「なぜ、かかりつけ歯科医がいると長生きか 日々のセルフケアと口腔衛生が健康寿命と連動する」(午後2時~4時)

所 三鷹産業プラザ

講 ②首都大学東京大学院教授の星旦二さん

申 当日会場へ

問 ①総合保健センター ☎46-3254、

②三鷹市歯科医師会 ☎45-2715

市長コラム

「太宰治賞」が切り拓く 新しい文学の地平

三鷹市長 清原慶子

5月7日、第30回太宰治賞の選考会が、みか井心亭三鷹市下連雀で開かれました。寄せられた149篇の作品の中から、今年は井鯉いこいこまさんの「コンとアンジ」が選ばれました。選考委員は、評論家の加藤典洋さん、小説家の小川洋子さん、現代詩作家・評論家の荒川洋治さん、そして小説家・エッセイストの三浦しをんさんです。選考会には私も陪席させていただきました。選考会には私も陪席させていただきました。選考会には私も陪席させていただきました。熱心な協議が行われました。

太宰治賞は、筑摩書房が1964年に始められた新人の小説家の登竜門ですが、14回目で中断してしまいました。そこで、太宰治が生きたまちである三鷹市が、市制施行50周年を記念して復活を呼び掛け、1998年に共同主催の形で復活し今年で通算30回目となりました。

第21回(2005年)受賞者である津村記久子さんは、第140回芥川賞や第39回川端康成文学賞を受賞されています。第26回(2010年)受賞者の今村夏子さんは第24回三島由紀夫賞を受賞されています。第29回(2013年)受賞者の岩城けいさんの「さようなら、オレンジ」は、第150回芥川賞の最終候補作となり、第8回大江健三郎賞を受賞され、ただいま第27回三島由紀夫賞の候補にもなっています。

太宰治賞は第1回目に受賞者がいなかったため、実質的に最初の受賞者となられた第2回受賞者の古村昭さんをはじめ、宮尾登美子さん、宮本輝さんといった優れた小説家を輩出しています。今年も、選ばれた作品が新しい文学の地平を切り拓いていくことを期待しています。なお、JR三鷹駅南口の近くにある太宰治が通った酒屋の跡に、太宰治文学サロンを開設しています。6月3日からは、初めて公開する貴重な資料を含めて「太宰治×井の頭公園」と題する新企画展示が始まります。サロンでは約30名のガイドボランティアの皆様が交代で迎えてくださり、展示の説明をさせていただきます(写真)。どうぞ、太宰治文学サロンで「太宰治が生きたまち三鷹」の魅力を再確認してください。



太宰治文学サロンにてボランティアのみなさんとともに

三鷹市長メールマガジン

市長のメッセージ、活動記録、部課長コラム、新着情報などをお届けします。登録は、市ホームページまたは携帯サイトからどうぞ。

