

健康のための大切なお知らせ

「元気じゃ健診」を受けましょう

元気じゃ健診(市が実施する健康診査の愛称)は、高血圧症や糖尿病などの生活習慣病の早期発見に役立つ、とても大切な健診です。「何かあったら病院に行く」のではなく、「何もなくても健康診査で健康状態を確認」し、自身の健康を守りましょう。

健康推進課(☎504-2290、☎504-2258)

年に1回受診を

市は、右記の人を対象に、元気じゃ健診を行っています。年に1回、元気じゃ健診を受診して、生活習慣病を予防しましょう。

■受診の流れ

①受診券が届く

4月中旬ごろに受診券が届きます。必ず開封し、内容を確認してください。

②受診場所を選ぶ

最寄りの医療機関、集団検診、市健康づくりセンターの中から選んで受診することができます。

③健診を受診する

自己負担金は0円です。個人で受

けると約9,500円かかる検査を、無料で受診することができます。

【対象】

40歳以上の市国民健康保険加入者、県後期高齢者医療被保険者、40歳以上の医療保険未加入者

※上記以外の方も、加入している健康保険で健康診査を実施している場合があります。詳しくは、勤務先や加入している健康保険にお問い合わせください

【内容】

身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査など

【受診方法】

4月に届く受診券でご確認ください。市ホームページでも確認できます

ご利用ください

暮らしに役立つ相談窓口

市政に対するご意見やご要望、日常生活上の法律関係や交通事故に関する困りごとなど、お気軽にご相談ください。

市民相談センター(☎504-2120、☎504-2121)

■市役所市民相談センターでの相談

Table with 2 columns: 相談名, 相談の内容. Rows include 市政相談, 民事相談*1, 交通事故相談*1, 法律相談(弁護士)*2.

【相談日時】

月～金曜日の午前8時半～午後5時
*1 民事・交通事故相談で来所の場合は、午後3時ごろまでにお越しを
*2 弁護士による法律相談は、民事相談員が相談を受けた後、予約を受け付け
【申込方法】
直接か電話で、同センター(中区国泰寺町一丁目6-34、☎504-2120)へ

※市の業務など、市政への意見・要望は、電子メール(kocho@city.hiroshima.lg.jp)、郵便(〒730-8586 市民相談センター)、ファクス(☎504-2121)でも随時受け付けています
【休み】
土・日曜日、祝・休日、8月6日、年末年始(法律相談は8月13日～16日、12月28日、1月4日も)

■区役所区政調整課での相談

Table with 9 columns: 相談内容, 中, 東, 南, 西, 安佐南, 安佐北, 安芸, 佐伯. Rows include 交通事故, 暴力被害, 人権, 行政, 司法書士法律, 表示登記・境界, 行政書士法律, 手続, 税務, 年金・労働, 市政.

【相談・申込先】各区区政調整課(ファクスは4㉮左)

Table with 4 columns: 区, 電話. Rows include 中, 東, 南, 西, 安佐南, 安佐北, 安芸, 佐伯.

【相談日時】

市政相談以外は各相談日の午後1時～4時(暴力被害相談は午後3時まで)
【申込方法】
相談日当日の午前8時半から、電話で各区区政調整課へ(交通事故相談、暴力被害相談、表示登記・境界相

談は、相談日当日の午前10時までに随時受け付け。
先着各6人(暴力被害相談は4人)。相談時間は1人30分まで
【休み】
土・日曜日、祝・休日、8月6日、年末年始(市政相談以外は8月13日～16日、12月28日、1月4日も)

元気じゃ健診の受診券が変わります！

今年4月から、受診券は封書で届きます。お手元に届いたら、内容の確認をお願いします。



献血のお願い

血液の安定供給にご協力ください

新型コロナウイルス感染症の影響で、献血協力者の減少が心配されています。日々必要な血液を医療機関に届けるため、皆様のご協力をお願いします。

医療政策課(☎504-2178、☎504-2258)

Table with 4 columns: 名称, 受付時間, 場所, 問い合わせ. Rows include 献血ルーム「ピース」, 献血ルーム「もみじ」.

混雑を避けるため、できるだけ各会場に事前の予約をお願いします。
※献血バス会場は、日赤ホームページで 広島献血バス 検索

感染症予防のために手洗いと咳エチケットをお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、こまめな「手洗い」や「咳エチケット」です。感染拡大防止のため、皆様のご協力をお願いします。新型コロナウイルスに関する最新情報は市ホームページをご覧ください。

市HP ■ページ番号でさがす 107094

健康推進課(☎504-2622、☎504-2258)

ご協力を

住民異動や証明書交付、国民年金、国民健康保険に関する手続きについて(新型コロナウイルス感染症の感染予防へのお願い)

転出入者が多い4月は、各区役所・出張所の窓口が大変混雑します。新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、郵送など来庁せずにできる手続きや、事前にダウンロードすることが可能な届書などの利用をご検討ください。(あらかじめご用意いただくことで、窓口の滞在時間を短縮することができます)

また、来庁の必要性がある場合にも、手洗いや咳エチケットを徹底するなど、感染予防にご協力をお願いします。

【問い合わせ】 8面記載のお住まいの区役所の各窓口にお問い合わせください。市ホームページでもご確認いただけます。

住民異動などは 134780 国民年金は 136479 国民健康保険は 136581