

# 御坊市国民健康保険に加入している皆様へ 9月は**特定健診推進強化月間**です。

「健康で生き生き」を目標に、御坊市国民健康保険に加入している40歳から74歳までの方に特定健診の受診を勧めています。

**特定健診は、無料**です。1年に1回の健康チェックに、ぜひ特定健診をご活用ください。

## 特定健診の検査内容



### 《検診の申し込み方法》

1. 自分の受診券で、受診可能な検診を確認する。
2. 受診方法（集団・個別）を選んで申し込む。

**集団** ➡ 健康福祉課に電話 0738 (23) 5645

|   | 日 程       | 場 所       | 受付時間   |
|---|-----------|-----------|--------|
| ① | 9月12日(土)  | ア ク オ 3 階 | 7時～10時 |
| ② | 9月29日(火)  | 下楠井集出荷場   | 7時～ 9時 |
| ③ | 10月 4日(日) | ア ク オ 3 階 | 7時～10時 |
| ④ | 10月25日(日) | ア ク オ 3 階 | 7時～10時 |
| ⑤ | 11月 7日(土) | 野 島 会 館   | 7時～ 9時 |
| ⑥ | 11月15日(日) | ア ク オ 3 階 | 7時～10時 |

集団健診では、混雑するのを防ぐため、30分ごとに予約を受け付けています。  
申込時にご希望の時間帯をお伝えください。  
定員になり次第、締め切りますので、お申し込みはお早めに！



**個別** ➡ 個別検診機関へ直接予約してください

健診のお問い合わせは、健康福祉課まで（☎0738-23-5645）

## 年金相談をご利用ください

年金記録の確認、年金の請求、年金見込額の試算など、国民年金・厚生年金についての相談・手続きをお受けしますのでご利用ください。

なお、相談を希望する方は、田辺年金事務所への電話予約が必要です。

電話予約は各相談日の**1か月前**からできます。

| 相 談 日         | 相 談 場 所         |
|---------------|-----------------|
| 令和2年 9月17日(木) | 市 役 所 3 階 会 議 室 |
| // 10月15日(木)  | 市 役 所 3 階 会 議 室 |
| // 11月19日(木)  | 市 役 所 3 階 会 議 室 |
| 令和3年 1月21日(木) | 市 役 所 5 階 会 議 室 |
| // 2月18日(木)   | 市 役 所 5 階 会 議 室 |
| // 3月18日(木)   | 市 役 所 3 階 会 議 室 |

◇相談時間 10:00～11:30、13:00～15:00

◇電話予約 田辺年金事務所 お客様相談室  
☎0739-24-0432

### ◇電話予約方法

自動音声による案内が流れます。「最初の案内でプッシュボタン①を押し、次の案内でプッシュボタン②を押す。」または、「番号を押さず、自動音声案内終了後に職員が応答するまでお待ちください。」