

郵便等による不在者投票

身体障害者手帳、戦傷病者手帳又は介護保険被保険者証をお持ちのかたのうち、表2に該当するかたは郵便等投票ができます。

表2

Table with 3 columns: 手帳の種類, 症状, 等級. Rows include 身体障害者手帳, 戦傷病者手帳, and 介護保険被保険者証.

①郵便等投票を行うかたは郵便等投票証明書が必要です

選挙管理委員会事務局にある郵便等投票証明書交付申請書に選挙人本人又は代理記載人(届出済のかた)が署名し、身体障害者手帳、戦傷病者手帳又は介護保険被保険者証を添えて、直接同事務局へ申請してください。

※すでに郵便等投票証明書(有効期間内)をお持ちのかたはこの手続きは不要です。

代理記載制度

表2のかたのうち、さらに次のいずれかに該当し、代理記載人を選任できるかたは代理記載制度に該当しますので郵便等投票証明書交付申請書と併せて申請をしてください。

- 身体障害者手帳の上肢又は視覚障害の1級
○戦傷病者手帳の上肢又は視覚障害の特別項症～第2項症
※交付申請書は代理記載人が提出することもできます。

②郵便等投票用紙を請求してください

郵便等投票証明書と選挙管理委員会事務局で配付する請求書を添えて、7月1日(水)までに郵送又は直接選挙管理委員会事務局へ請求してください。

※投票用紙の請求は告示日(6月18日)前からできます。

※投票用紙は告示日以降に選挙人本人又は代理記載人に送付します。

③投票用紙と封筒が届いたら

選挙人本人又は代理記載人(届出済のかた)が候補者氏名を記入し、7月4日(必着)までに選挙管理委員会事務局へ郵送してください。

指定施設での不在者投票

病院・老人ホーム等に入院・入所しているかたは、その施設が不在者投票指定施設であれば施設で投票できます。

投票用紙の請求は入院・入所中の施設長を通じて行います。

※投票期間は告示日の翌日から投票日の前日までですが、不在者投票を行う日時が施設によって異なります。あらかじめ各施設にお問い合わせください。

投票区域一覧

Table with 3 columns: 投票区名, 投票所区域, 投票所名. Lists 21 districts and their respective polling stations.

※入場整理券にそれぞれの投票所の地図が掲載されていますのでご確認ください。

選挙公報

選挙公報は投票日の2日前までにシルバー人材センターの会員が各世帯に直接配布します。

開票

7月5日(日)午後9時から
場スポーツセンター(久米川町3-30-5)

健康

糖尿病重症化予防事業

東村山市国民健康保険の加入者を対象とした糖尿病の重症化予防事業を実施します。この事業は腎症の進行防止のため、保健師、管理栄養士等の専門職が主治医と連携しながら服薬管理や食事療法等の支援を行うものです。

医療データの分析から、取り組み効果が高いと判定されたかたへ、この事業の参加案内を6月上旬に送付します。案内が届いたかたは主治医と相談のうえ、ご活用ください。

案内に同封の「参加同意書」を記入し、「医師確認書(保健指導指示書)」と一緒に7月31日(必着)までに郵送で保険年金課へ

※日程調整等のため、申し込み後に委託先の株式会社ベネフィット・ワンから連絡する場合があります。

健康診査

生活保護受給中の昭和56年3月31日以前生まれで現在健康保険証をお持ちでないかた、および中国残留邦人のかたを対象に健康診査を実施します。

6月15日(月)～10月31日(土) ※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により実施期間を変更する場合があります。申し込みをしたかたには日程が決定次第受診票を送付します。

場指定医療機関
内身体計測、血圧測定、尿・血液検査等
申直接又ははがきに必要事項と生年月日を明記し、6月2日(火)～10月28日(必着)に健康増進課(いきいきプラザ1階)へ

※申し込みの際に要件等の確認を行います。

肝炎ウイルス検診

肝炎は症状が現れにくく、気付かないうちに進行します。早期に発見し治療を受けることが大切です。未受診のかたは受診しましょう。

40歳以上のかた
6月15日(月)～10月31日(土) ※新型コロナウイルス感染症拡大の影響により実施期間を変更する場合があります。申し込みをしたかたには日程が決定次第受診票を送付します。

場指定医療機関
市内在住の40歳以上(昭和56年3月31日以前生まれ)のかたで、過去に肝炎ウイルス検診を受けたことのないかた

内問診、血液検査(B型・C型肝炎)
東村山市国民健康保険又は後期高齢者医療制度に加入して

いるかた

特定健診および後期高齢者医療健診と同時に肝炎ウイルス検診を受けることができます。市への申し込みは不要です。健診を受ける医療機関に直接お申し出ください。

その他の健康保険に加入しているかた
申し込みが必要です。

申直接、電子申請又ははがきに必要事項と生年月日を明記し、6月2日(火)～10月23日(必着)に健康増進課(いきいきプラザ1階)へ
40歳未満のかた
昭和56年4月1日以降生まれで過去に肝炎ウイルス検診を受けたことがないかたは、都の保健所で実施している同検診を受けることができます。

受診を希望する場合は多摩小平保健所(☎042・450・3111)へお問い合わせください。

コラム

歯科医師会

定期健診の大切さ

平成元年より推進されてきた8020(80歳で20本以上の歯を保つ)運動の成果により、現在では8020達成者は約50%となりました。しかし平均すると、80歳代の歯の本数は約13本と少なく、半数以上の歯を失ってしまった人も多いのが実情です。

歯を失わないためには、歯磨き等のセルフケアがとても重要です。今日では口腔ケア関連用品の市場は4,000億円以上にのぼり、国民の歯に対する意識の高さがうかがえます。しかし日本の現状は、歯科先進国であるスウェーデン(80歳代の歯の平均本数約21本)と比較すると大きな差があります。この差の理由はどこにあるのでしょうか。

1番大きな違いは、定期健診の受診率にあります。スウェーデンの定

期健診受診率は80%以上であるのに対し、日本は10%未満です。日本では現在でも多くの人が悪くなってから歯科に通う傾向がありますが、悪くなってからの治療を繰り返すと、いずれは抜かなければならない時がやってきてしまいます。自分自身でのケアには限界があります。どうしても磨き残してしまい、そこからむし歯や歯周病になり、歯が失われてしまうのです。

定期的に健診を受けることで、磨き残しの部分をきれいにしたり、磨き残しが少なくなるようにアドバイスを受けることができます。定期健診を受けて歯を失わないようにしましょう。

東村山市歯科医師会