

# 「国民健康保険・後期高齢者医療制度」のお知らせ

## Vol.5 お医者さんの上手なかかり方（その1）

お医者さんにかかるとき、ちょっとした誤解や思い込みで治療が長引くことがあります。

医療機関の受診や、薬局での薬の調剤の際には、以下のことに留意しましょう。

### 「かかりつけ医」を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、病歴や健康状態などを把握して健康管理全般のアドバイスをしてくれるお医者さんのことです。

日常的な診療や健康管理は、かかりつけのお医者さんに相談しましょう。

普段から健康状態を診てもらい、高度な治療や精密検査が必要であるとお医者さんが判断した場合には、紹介状を書いてもらい、専門の大きな病院を受診するようにしましょう。

#### 【ご注意ください】

大きな病院では、初診の場合、紹介状がないと特別料金がかかる場合もあります。

### 分からないことはお医者さんや薬剤師さんに確認しましょう

受診の疑問や不安があるときは、相談・質問し、不安を解消した上で治療にのぞみましょう。また、同様にお医者さんや薬剤師さんの質問にも隠さず答えることも重要です。

### お医者さんの指示は守りましょう

ご自身の判断で処方された薬を飲まなかったり、薬の量を加減したりするのはやめましょう。

薬が余っているときは、お医者さんや薬剤師さんに相談しましょう。



# 大きな舞台で活躍！～がんばれ！関川っ子表彰～

7月29日、青少年育成関川村民会議（伝信男会長）は「がんばれ！関川っ子」を村民会館で開催しました。激励会には、村教育委員会や保護者など関係者約40人が出席。全国大会や北信越大会に出場した選手、これから出場する選手にエールを送りました。

## ー全国大会出場選手ー

### ■柔道

- ▷小池 優佳（関川小学校5年・下関）
- ▷佐藤 弘志（荒川高校2年・下関）
- ▷渡辺 貴法（荒川高校2年・沼）

### ■野球

- ▷内山 聖也（関川中学校3年・大島）
- ▷高橋 雅也（関川中学校3年・下関）

### ■サッカー

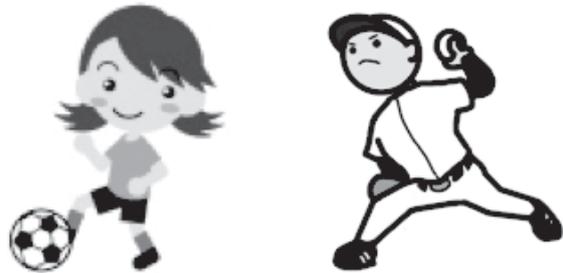
- ▷篠田 優花（関川中学校2年・下関）

### ■ソフトテニス

- ▷戸田奈々美（荒川高校1年・沼）

### ■ゴルフ

- ▷瀬賀 百花（開志国際高校1年・下関）



## ー北信越大会出場選手ー

### ■柔道

- ▷長谷川夏帆（東京学館新潟高校3年・下関）
- ▷阿部 岳晃（新発田高校3年・金丸）
- ▷加藤 裕一（新発田高校3年・鮎谷）
- ▷高橋 郁（関川中学校2年・下関）

### ■陸上

- ▷黒木 健（村上桜ヶ丘高校3年・山本）  
※ハンマー投げ

### ■ソフトテニス

- ▷佐藤 由季（村上高校3年・安角）

### ■空手

- ▷松田 真依（新発田農業高校2年・下関）

### ■ワープロ競技

- ▷伊藤 達生たつき（村上桜ヶ丘高校3年・南中）



## 関川中健児の活躍

\*敬称略

### 下越吹奏楽コンクール

- ◆成績
- ◆会場 新潟テルサ
- ◆期日 7月27日
- ▽銅賞

### 県中学校総合体育大会

- ◆成績
- ◆会場 五十公野公園 陸上競技場
- 7月25～26日

### 《柔道》

- ◆成績
- ◆会場 長岡市市民体育館
- ▽2回戦敗退 市井 翔大（3年・山本）
- ▽1個人戦

### 《水泳》

- ◆成績
- ◆会場 上越市民プール
- ▽32位 須貝 太陽（1年・高田）
- ▽1100m自由形
- ▽29位 須貝 太陽（1年・高田）
- ▽200m自由形
- ▽第5位 伊藤 優哉（3年・下関）
- ▽女子個人戦52kg級
- ▽第4位 高橋 郁（2年・下関）

※北信越大会出場

- ◆成績
- ◆会場 新潟市東総合スポーツセンター
- ▽惜敗 高橋 詠理（2年・下関）
- ▽女子走高跳
- ▽100m自由形
- ▽1000m自由形
- ▽1100m自由形
- ▽29位 須貝 太陽（1年・高田）
- ▽200m自由形
- ▽1200m自由形
- ▽1回戦敗退
- ▽1000m自由形
- ▽1100m自由形
- ▽1200m自由形
- ▽1300m自由形
- ▽1400m自由形
- ▽1500m自由形
- ▽1600m自由形
- ▽1700m自由形
- ▽1800m自由形
- ▽1900m自由形
- ▽2000m自由形
- ▽2100m自由形
- ▽2200m自由形
- ▽2300m自由形
- ▽2400m自由形
- ▽2500m自由形
- ▽2600m自由形
- ▽2700m自由形
- ▽2800m自由形
- ▽2900m自由形
- ▽3000m自由形
- ▽3100m自由形
- ▽3200m自由形
- ▽3300m自由形
- ▽3400m自由形
- ▽3500m自由形
- ▽3600m自由形
- ▽3700m自由形
- ▽3800m自由形
- ▽3900m自由形
- ▽4000m自由形
- ▽4100m自由形
- ▽4200m自由形
- ▽4300m自由形
- ▽4400m自由形
- ▽4500m自由形
- ▽4600m自由形
- ▽4700m自由形
- ▽4800m自由形
- ▽4900m自由形
- ▽5000m自由形
- ▽5100m自由形
- ▽5200m自由形
- ▽5300m自由形
- ▽5400m自由形
- ▽5500m自由形
- ▽5600m自由形
- ▽5700m自由形
- ▽5800m自由形
- ▽5900m自由形
- ▽6000m自由形
- ▽6100m自由形
- ▽6200m自由形
- ▽6300m自由形
- ▽6400m自由形
- ▽6500m自由形
- ▽6600m自由形
- ▽6700m自由形
- ▽6800m自由形
- ▽6900m自由形
- ▽7000m自由形
- ▽7100m自由形
- ▽7200m自由形
- ▽7300m自由形
- ▽7400m自由形
- ▽7500m自由形
- ▽7600m自由形
- ▽7700m自由形
- ▽7800m自由形
- ▽7900m自由形
- ▽8000m自由形
- ▽8100m自由形
- ▽8200m自由形
- ▽8300m自由形
- ▽8400m自由形
- ▽8500m自由形
- ▽8600m自由形
- ▽8700m自由形
- ▽8800m自由形
- ▽8900m自由形
- ▽9000m自由形
- ▽9100m自由形
- ▽9200m自由形
- ▽9300m自由形
- ▽9400m自由形
- ▽9500m自由形
- ▽9600m自由形
- ▽9700m自由形
- ▽9800m自由形
- ▽9900m自由形
- ▽10000m自由形

- ◆会場 新潟市 新発田市 カルチャーセンター

- ◆会場 新潟市 新発田市 カルチャーセンター