

2025 年

7月 健康だより

発行：新庄市健康課

発行日：R7.7.1

■飲酒について

アルコールは、肝機能障害や高血圧、がん等様々な健康障害との関連が指摘されており、加えて、不安やうつといったリスクとも関連しています。未成年では、特に健康への影響が大きいため禁じられており、妊産婦の飲酒は胎児や乳児の発育に影響を与える恐れがあります。飲酒の際は、節度ある適量を心がけて楽しむことが大切です。

飲酒の適量知っていますか？



純アルコール量で1日当たり**20g未満**

※女性は半分～2/3の量



ビールなら中瓶1本
(500ml)



ワインならグラス
2杯弱(200ml)



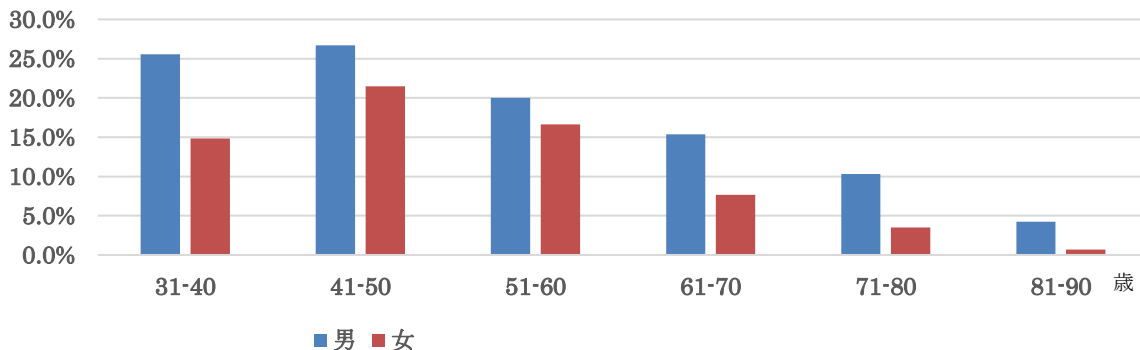
チューハイ(7%)なら
1本(350ml)



日本酒なら1合
(180ml)

■生活習慣病のリスクを高める飲酒(1日あたりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上)

生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人の割合



新庄市民の生活習慣病のリスクを高める飲酒割合は、男性で高く、特に30～40代が高い状況です。また、1日あたりの飲酒量は、男女とも県平均より多い状況です。

★飲酒のポイント★

- ・すきっ腹で飲まず、食べながら適量範囲でゆっくりと！
- ・女性、高齢者、すぐ赤くなる人は少なめに
- ・週に2回は休肝日



☀ 熱中症に注意しましょう ☀

- ・こまめな水分補給(アルコールは×)
- ・たくさん汗をかいたら塩分も
- ・日傘、帽子、エアコンの使用で暑さ対策を！



熱中症予防情報サイト

はこちら



不妊治療をされている方の治療費を助成します

生殖補助医療費等助成事業

助成対象

採卵術・胚移植術・精巣内精子採取術のいずれかにかかった一連の治療費（先進医療・院外処方薬の薬代を含む）

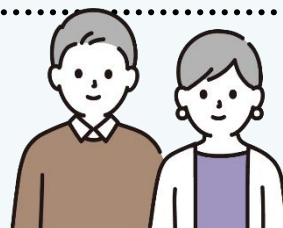
助成タイプ1

対 象：保険適用で受けた治療
助成額：上限10万円/回



助成タイプ2

対 象：保険適用外で受けた治療
助成額：上限30万円/回



※助成事業に関する詳細は下記 OR コード「市の助成」をご参照ください

助成
イメージ

（例）健康保険 3 割負担で採卵術・胚移植術を実施

生殖補助医療費総額 50万円

↓①保険適用で3割負担に

自己負担額 15万円

保険者負担 35万円

↓②山形県助成（9万円）を受ける（※採卵術：5万円、胚移植術：4万円）

自己負担額 4万

山形県助成 9万円

↓③新庄市の助成を受ける（上限10万円）

自己負担額 0円

医療費総額はあくまで例です。

医療機関や治療の内容によって異なります。

▼詳細はこちら

市の
助成



県の
助成



市公式 LINE で窓口来庁予約ができます

<予約方法>

市公式LINEを開く

トーク画面下部「メインメニュー」

申請・予約

相談・来庁予約

不妊治療費助成の申請・相談予約



お問い合わせ先 健康課母子保健係 TEL0233-29-5790