

胃がん・大腸がん検診会場と日程

月日	時間	会場	対象地区
6/15 (火)	午前 6時30分～9時	農村環境改善センター	和納1区～12区 三田・原・津雲田 富岡・高橋
6/16 (水)	同上	すこやかセンターやすら木(間瀬)	間瀬1区～7区
	同上	保健センター	北野・夏井・西中 湯上・白鳥・西長島 横曽根・西船越 新谷・油島・高畑
6/17 (木)	同上	岩室公会堂	岩室・横曽・栄橋本
	同上	石瀬集落開発センター	金池・石瀬・久保田 猿ヶ瀬・南谷内
6/30 (水)	同上	保健センター	全地区

健診日時及び会場と地区割 (都合の悪い人は他の日程で受診ください)

日程	受付	(午前) 9時～11時	(午後) 1時～3時
6/1 (火)	すこやかセンターやすら木(間瀬)	間瀬1区・2区 3区・4区	間瀬5区・6区・7区 (6/1(火)のみ午後の受付時間は午後2時30分までです)
6/2 (水)	村民体育館	金池・石瀬 久保田・猿ヶ瀬 南谷内・夏井	岩室・横曽・栄橋本・北野
6/3 (木)	村民体育館	西中・湯上・白鳥 西長島・横曽根 西船越・新谷 油島・高畑	和納1区～5区
6/4 (金)	村民体育館	和納6区～11区	和納12区・三田 原・津雲田 富岡・高橋

※胃がん・大腸がん検診個人負担金、各800円を検診当日にご持参ください。
※基本健診会場にて大腸がん検診の容器をお渡しします。

※基本健診個人負担金1,000円を、また肝炎節目検診を受診される人は500円をご準備ください。

今年も介護予防・生活支援をすすめます!

いつまでも高齢者が生きいきと元気に過ごせるように、また、要介護者を介護されている家族の保健福祉の向上のために、次の事業を実施します。

- 閉じこもりを減らし、痴呆や寝たきりを防ぎます。
 - 1、生きがい活動支援事業の実施
 - 間瀬福祉会に委託し、一人暮らしの人、日中一人になる人、家に閉じこもりがちになる人を対象に高齢者が健康で生き生きと老後生活を送れるよう、間瀬地区公民館を会場に、週1回「間瀬いくまか家」を実施しています。
 - 2、地域住民グループ支援事業の実施
 - 現在、8地区の会場において、ボランティアの皆さんの協力により、それぞれの実状に応じて、月1回から週1回の「地域のお茶の間」を開いています。お喋りしたり、一緒にお昼を食べたり、レクリエーションをしたりしています。
 - 新たに「地域のお茶の間」を立ち上げたといわれている地域の人やボランティアの皆さんの協力を、保健センターまで連絡ください。
 - 3、転倒・骨折予防事業の実施
 - 4月号にて実施している一つの会場を紹介しましたが、運動指導士による「けんこう体操」を中心に実施し、高齢者が、バランス能力の改善「筋力アップ」歩行機能の改善」を図り、できるだけ転倒が予防できるように支援します。
 - 今年度は、えびす会・岩室まつたけ会・和納1区ほほえみ会の「地域の茶の間」及び西中にて実施します。
- 一人暮らしや高齢者のみの世帯の人が、安心して在宅生活を送れるように支援します。
 - 1、配食サービスの実施
 - 一人暮らしや高齢者のみの世帯の人で、心身の機能低下等により食事作りが困難な人に、安否の確認を兼ねて、週2回の食事を提供します。
 - 岩室村内の業者の協力を得て、一食300円の個人負担で提供します。
 - 2、緊急通報装置貸与事業の実施
 - 安否確認の必要な一人暮らしや高齢者のみの世帯の人に緊急装置を貸し出し、安心して暮らせるように支援します。
 - 3、介護者が、生きいきと在宅で介護できるように支援します。
 - 1、介護者のついでの実施
 - 介護者同士の交流により、介護に対する知識や理解を深め、また、心のリフレッシュを図り、明日からの介護のエネルギーになるように支援します。
 - 2、介護手当の支給
 - 寝たきり状態の人や痴呆のある人(概ね介護保険における介護度3以上)を在宅で介護している家族の人に、月10,000円の手当を支給し、介護者の慰労及び生活の安定と福祉の増進を図ります。
 - 3、紙おむつの支給
 - 寝たきり状態や痴呆があり、常時おむつが必要な人に月5,250円の紙おむつ引換え券を交付します。

※右記サービスの利用を希望される人は、いつでもお問い合わせください。

【お問い合わせ】 岩室村福祉保健課介護福祉係 ☎82-5725 岩室村保健センター ☎82-5726



健診を有効活用する方法

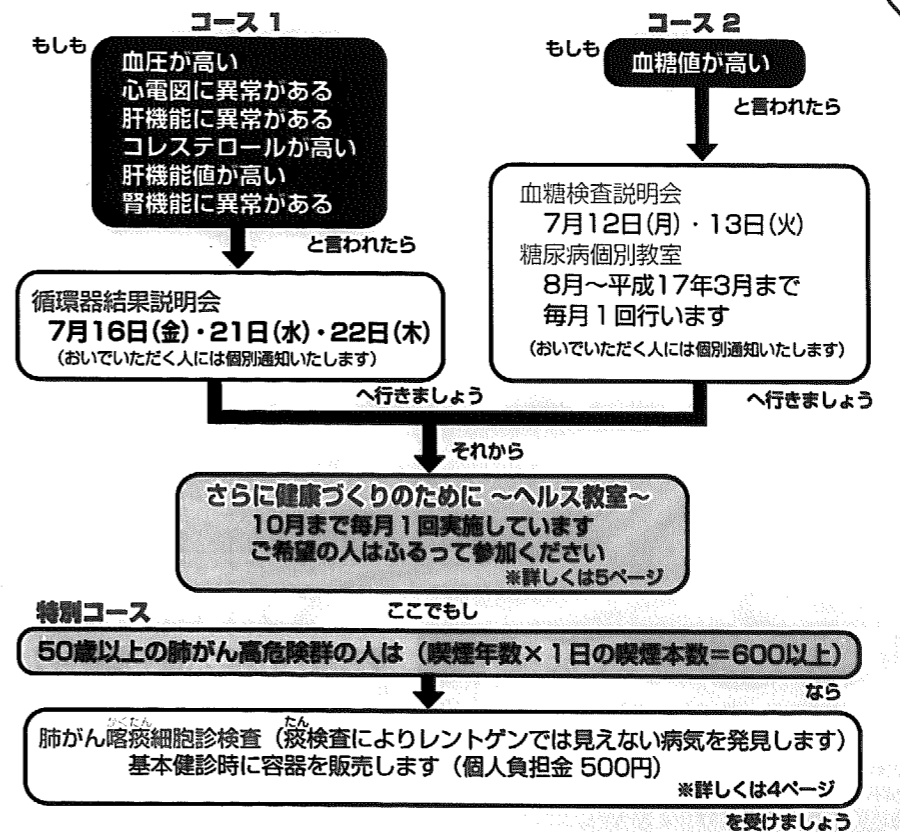
なぜ年に1回の健診が大切なのか?

①生活習慣病などの早期発見・早期治療、②病気の改善、③健康増進に役立てるためです

健診結果がでたら…

過去の検査値と比較し、どのように変化しているかを見てください。「今回は異常がなかったけど、年々総コレステロール値が上がってきたな…」、「血糖値が正常範囲になったのは、毎日の散歩が効いたのかな〜」など、検査値の変化と自分の生活を照らし合わせる事が大切です。

健診後のフォローアップ ～生活改善に生かそう～



健康管理のスタートライン

基本健診が

6月1日(火)から始まりま