

9月の健康だより

休日急病診療

※当番医は都合により変更となる場合があります。 ※受診前に必ず医療機関へ電話相談をしてください。

〔内科系〕診療時間 午前9時～午後2時

〔歯科系〕診療時間 午前9時～午後1時

日	医療機関	所在	電話	医療機関	所在	電話
4	愛生病院	笠松町円城寺	☎ 388-3300	森デンタルクリニック	笠松町田代	☎ 387-9981
11	赤座医院上印食診療所	岐南町上印食	☎ 247-2626	岐南歯科クリニック	岐南町八剣北	☎ 248-1116
18	安藤内科おなかクリニック	岐南町上印食	☎ 245-3300	小島歯科医院	笠松町奈良町	☎ 387-2848
19	伊藤内科	笠松町上本町	☎ 387-2257	おがわ歯科クリニック	岐南町徳田	☎ 242-9666
23	岡山クリニック	岐南町徳田	☎ 268-0307	三輪歯科医院	笠松町円城寺	☎ 387-6110
25	片山クリニック	笠松町田代	☎ 388-8700	秋田歯科医院	岐南町三宅	☎ 247-1196

■二次的病院(重症の方・救急を必要とする方)松波総合病院(笠松町田代) ☎388-0111

■上記以外の医療機関に関するお問合せ

岡郡地域救急医療情報センター(郡広域連合消防本部内) ☎388-3799



日ごろからかかりつけ医・かかりつけ歯科医を持ちましょう!

保健カレンダー

【子どもの健診・教室】 場所:福祉健康センター

※離乳食教室はこども館「かさくら」

内容	対象者	日(曜日)	受付時間
乳児(3~4か月児)健康診査	R4.5月生	14日(水)	13:10~13:40
1歳6か月児健康診査	R3.2月生	8日(木)	
3歳児健康診査	R元.8月生	22日(木)	13:00~13:40
お誕生(10~11か月)教室	R3.10月生	26日(月)	9:20~ 9:40
にこにこ(2歳児)教室	R2.9月生	16日(金)	9:20~ 9:30
離乳食教室※	5~6か月児	28日(水)	9:50~10:00
歯みがき教室	乳幼児と保護者	6日(火)	9:30~11:00
		26日(月)	13:00~14:30
プレバマクラブ・ミニ	妊婦とその	6日(火)	10:00
プレバマクラブ	パートナー	26日(月)	13:30

【育児相談・健康相談】

場所	日(曜日)	育児相談受付時間	健康相談受付時間
福祉健康センター	6日(火)	9:30~11:00	10:30~11:30
こども館「かさくら」	9日(金)	10:00~11:30	
下羽栗会館	20日(火)	13:30~14:30	13:30~14:30
福祉健康センター	26日(月)	13:00~14:30	14:00~15:30

【子育てママサロン(バランスボール)】

申込先:健康介護課

バランスボールを使って体力アップやストレス解消をしましょう。

場所	対象者	日(曜日)	時間
こども館「かさくら」	産後2か月~1年未満のお子さんと母親	9日(金)	10:30~11:30

【グループワーク】 申込先:健康介護課 ※8日(木)まで

場所	日(曜日)	時間
福祉健康センター	15日(木)	10:00~11:30

※グループワークは、こころの悩みをお持ちの方、精神障がいの方で精神科に通院している方が対象です。

【貯筋くらぶ】65歳以上の方の体操教室

申込先:健康介護課 ※初めて参加する方のみ申込必要

場所	日(曜日)	受付時間	場所	日(曜日)	受付時間
福祉健康センター	7日(水)	9:30	松枝公民館	7日(水)	14:00
	21日(水)			21日(水)	
福祉会館	14日(水)	10:00	笠松中央公民館	14日(水)	14:00
	28日(水)			28日(水)	
総合会館	1日(木)	13:30			
	15日(木)				

【ふれあいひろば】

65歳以上の方の認知症予防教室

申込先:笠松町地域包括支援センター ☎388-7133

※初めて参加する方のみ申込必要

場所	日(曜日)	受付時間
福祉健康センター	2日(金)	13:30
	16日(金)	
福祉会館	22日(木)	10:00

9月は健康増進月間です

1に運動2に食事
しっかり禁煙
最後にクスリ
~健康寿命の延伸~

母子保健事業の年間予定



母子保健事業

子育て世代包括支援センター

妊娠期から子育て期(18歳まで)において切れ目ないサポートを実施しています。保健師・助産師による電話相談・家庭訪問、臨床心理士による発達に関する相談など受け付けています。

相談先 ☎388-7171(福祉健康センター内)

(月~金)午前8時30分~午後5時15分

ご案内

まちのリハビリ教室 **要申込** 申込先：健康介護課

理学療法士の指導のもと、体の状態を確認しながら日常生活での運動を学ぶ教室です。

対象者	65歳以上の方で、筋力の低下や関節の痛みなどある方			
日程	10月11日(火)	10月25日(火)	11月8日(火)	11月22日(火)
	12月13日(火)	12月20日(火)	1月10日(火)	1月24日(火)
時間	午後1時30分～2時30分		場所	福祉健康センター
参加料・定員	1回100円 定員5人		申込期限	9月14日(水)

特集 認知症 いつまでも自分らしく暮らしていくために ～認知症を正しく知り、安心して暮らせる町をめざして～

認知症は身近な病気です

人生100年時代といわれ、寿命が延びてきましたが、認知症は75歳頃から増え始め、年齢が上がるほど増えていきます。

高齢になるほど誰もが認知症になる可能性があり、とても身近な病気です。

高齢者の世帯は、1人暮らし、高齢夫婦の2人暮らしが多く、認知症の方が生活を送るためには地域の皆さんの手助けが必要です。



認知症の気づき

認知症の原因はさまざまですが、脳の細胞に異常をきたし認知機能(脳の働き)が低下することで、今までできた事ができなくなることや分からないことが増えていきます。

日常生活が送れる早期の状態から気づき、治療や予防に努めることで、認知症の発症や進行を遅らせることができます。

【軽度認知障害(MCI)】

認知症を発症する前段階として、軽度認知症障害があらわれてきます。(下記参照)

【認知症の気づき】

- 財布や鍵など物を置いた場所が分からなくなる。
- 言おうとしている言葉がすぐに出てこない。
- 5分前に聞いた話を思い出せない。
- 今日が何月何日か分からなくなる時がある。
- 料理や家事などできなくなる。
- 長年の趣味をやめてしまう(意欲の低下)。 など

認知症の始まりは、家族など身近な方が気づくことが少なくありません。気になる症状がある場合は、かかりつけ医など医療機関を受診しましょう。

認知症の相談先

笠松町地域包括支援センター ☎388-7133

9月は世界アルツハイマー月間です

忘れても あなたはあなたの ままでいい

見守り事業

認知症サポーター養成講座

町民の方をはじめ、企業、団体、学校などに講師が外向き、認知症の正しい知識と具体的な方法について学ぶ勉強会です。

企業、団体、学校からの依頼で開催することができます。

☎笠松町地域包括支援センター ☎388-7133

見守りSOSステッカー

町内に住所があり在宅で生活され「はいかい」のおそれのある、介護保険主治医意見書で認知症自立度Ⅱa以上の方に、登録番号が入ったステッカー(30枚)を配付します。

申込先 健康介護課

認知症高齢者等個人賠償責任保険

日常生活上の偶発的な事故により第三者に対して法律上の賠償責任を負った場合にこれを補償するための保険で、保険料は町が負担します。(補償額の上限：1億円)

対象者

見守りSOSステッカーの交付を受けた方内、下記の全てに該当される方

- ①介護保険料の滞納がない
- ②本人が同様の賠償責任保険に加入していない
- ③入院・入所していない

補償期間 各年度末の日まで

申込先 健康介護課