

10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
2	北田内科クリニック	岐南町下印食	☎ 278-1030	ぎふデンタルフォレストアライブ	笠松町長池	☎ 372-3510
9	けやきクリニック	岐南町平島	☎ 213-3310	なな歯科クリニック	岐南町三宅	☎ 259-4618
10	小寺医院	笠松町美笠通	☎ 387-4504	くのう歯科医院	笠松町上本町	☎ 387-2051
16	こめの医院	笠松町米野	☎ 387-6010	こころ歯科医院	岐南町徳田	☎ 274-0118
23	さかいだ耳鼻咽喉科	岐南町八剣	☎ 214-3322	うえむら歯科	笠松町長池	☎ 388-4118
30	サンライズクリニック	岐南町野中	☎ 247-3322	小島歯科医院	岐南町平島	☎ 245-2096

■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	R4.6月生	19日(水)	13:10~13:40
1歳6か月児健康診査	R3.3月生	13日(木)	
3歳児健康診査	R元.9月生	27日(木)	13:00~13:40
お誕生(10~11か月)教室	R3.11月生	24日(月)	9:20~ 9:40
にこにこ(2歳児)教室	R2.10月生	21日(金)	9:20~ 9:30
離乳食教室※	5~6か月児	26日(水)	9:50~10:00
歯みがき教室	乳幼児と保護者	4日(火)	9:30~11:00
		24日(月)	13:00~14:30
プレバマクラブ・ミニ	妊婦とその	4日(火)	10:00
プレバマクラブ	パートナー	24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	4日(火)	9:30~11:00	10:30~11:30
こども館「かさくら」	14日(金)	10:00~11:30	
下羽栗会館	18日(火)	13:30~14:30	13:30~14:30
福祉健康センター	24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	14日(金)	10:30~11:30

【グループワーク】 申込先:健康介護課 ※13日(木)まで

場所	日(曜日)	時間
福祉健康センター	20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	5日(水)	9:30	松枝公民館	5日(水)	14:00
	19日(水)			19日(水)	
福祉会館	12日(水)	10:00	笠松中央公民館	12日(水)	14:00
	26日(水)			26日(水)	
総合会館	6日(木)	13:30			
	20日(木)				

【ふれあいひろば】

65歳以上の方の認知症予防教室

※初めて参加する方のみ申込必要

申込先:笠松町地域包括支援センター

場所	日(曜日)	受付時間
福祉健康センター	7日(金)	13:30
	21日(金)	
福祉会館	27日(木)	10:00

野菜を1日350g以上食べましょう!
(両手で山盛り3杯以上の量)

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

季節性インフルエンザの予防接種

60歳以上の高齢者と1歳から中学生のお子さんの、インフルエンザ予防接種費用を助成します。

【接種期間】10月1日～12月31日（医療機関の診療時間内）

①定期接種（65歳以上の方）接種回数：1回

対象者	<ul style="list-style-type: none"> 笠松町に住民登録のある65歳以上の方(接種時) 60歳から64歳までの方(接種時)で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいがあり、日常生活が極度に制限される状態の方 	
接種医療機関	羽島郡内の指定医療機関	県内広域化予防接種協力医療機関
助成金額	3,530円	上限3,530円
接種方法	①指定医療機関へ予約 ②指定医療機関に設置する「予診票」を記入 ③自己負担金(1,500円)を支払う	①接種医療機関へ予約 ②役場健康介護課窓口・福祉健康センター・総合会館に設置してある「予診票」を持参 ③自己負担金を支払う
持ち物	健康保険証	健康保険証・予診票

②任意接種（1歳から中学生／60歳～64歳／65歳以上で県外医療機関で接種する方）

対象者・助成金額	<ul style="list-style-type: none"> 笠松町に住民登録のある1歳から中学3年生の方(接種時)：1回1,000円(1人2回まで) 笠松町に住民登録のある60歳以上の方(接種時)：3,530円(1人1回まで) ※助成金額が接種料を超える場合は、接種料を助成	
接種医療機関	羽島郡内の指定医療機関	左記以外の医療機関
接種方法・申請方法	①指定医療機関へ予約 ②指定医療機関に設置してある「インフルエンザ予防接種に関する助成申請書」を記入 ③医療機関が設定する接種料から助成金額を差し引いた額を医療機関で支払う	申請期限：令和5年1月13日(金) ①接種費用の全額を医療機関で支払う ②領収書・通帳を持参し、役場健康介護課窓口・福祉健康センター・総合会館へ申請 ③助成金を申請された方名義の口座に振込み

羽島郡内の指定医療機関

笠松町

	電話	60歳以上	1歳から中学生
愛生病院	388-3300	○	△
伊藤内科	387-2257	○	○
岩村医院	387-0180	○	○
おおかわ整形外科	388-7666	○	○
片山クリニック	388-8700	○	○
小寺医院	387-4504	○	○
こめの医院	387-6010	○	○
羽島クリニック	387-6161	○	○
ひらたクリニック	387-3378	○	○
まつなみ健康増進クリニック	388-0111	○	○
森本内科・皮ふ科	388-3600	○	○
吉田胃腸科	387-2217	○	○

岐南町

	電話	60歳以上	1歳から中学生
赤座医院 上印食診療所	247-2626	○	○
安藤内科おなかクリニック	245-3300	○	○ (小学生以上)
おおしろ内科	249-1366	○	○
岡山クリニック	268-0307	○	○
おくむらメモリークリニック	215-5509	○	△
河合内科クリニック	247-6630	○	○
北田内科クリニック	278-1030	○	○
ぎなん皮ふ科クリニック	259-4112	○	○ (小学生以上)
岐南ほんだクリニック	249-2288	○	○
ぎなんレディースクリニック	201-5760	○	○ (中学生以上)
けやきクリニック	213-3310	○	○
さかいだ耳鼻咽喉科	214-3322	○	○
サンライズクリニック	247-3322	○	○
しみずこどもクリニック	248-3211	△	○
しみず整形外科 リハビリクリニック	248-6011	○	○
やまうちクリニック	215-7771	○	○
渡辺小児科	246-8882	○	○

インフルエンザの予防について

- 1 流行前にワクチン接種
- 2 外出後の手洗い
- 3 適度な湿度
- 4 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- 5 人混みや繁華街への外出を控える

介護予防事業(下半期：10月～3月)

対象65歳以上

新型コロナウイルスの感染防止のため外出機会が減少することで、少しずつ筋力の低下が進み、物忘れが増加するなど、心身の衰えを感じていませんか? 高齢期を迎えて外出の減少や友人との交流が低下することは、要介護状態に近づくきっかけになります。



◎貯筋くらぶ 体を動かし、体力づくりをします。(月あたり1人1会場1回まで)

場所	時間	10月		11月		12月		1月		2月		3月	
福社会館	10:00～11:30	12日(水)	26日(水)	9日(水)	25日(金)	14日(水)	28日(水)	11日(水)	25日(水)	8日(水)	22日(水)	8日(水)	22日(水)
笠松中央公民館	14:00～15:30	12日(水)	26日(水)	9日(水)	25日(金)	14日(水)	28日(水)	11日(水)	25日(水)	8日(水)	22日(水)	8日(水)	22日(水)
福祉健康センター	9:30～11:00	5日(水)	19日(水)	2日(水)	16日(水)	7日(水)	21日(水)	6日(金)	18日(水)	1日(水)	15日(水)	1日(水)	15日(水)
松枝公民館	14:00～15:30	5日(水)	19日(水)	2日(水)	16日(水)	7日(水)	21日(水)	6日(金)	18日(水)	1日(水)	15日(水)	1日(水)	15日(水)
総合会館	13:30～15:00	6日(木)	20日(木)	4日(金)	17日(木)	1日(木)	15日(木)	5日(木)	19日(木)	2日(木)	16日(木)	2日(木)	16日(木)
持ち物	マスク・タオル・飲み物・ふれあい手帳(お持ちの方)・上靴(総合会館)												
参加料	無料		問合先		健康介護課 ☎ 388-7171								

◎ふれあいひろば 音楽やレクリエーションで脳の活性化を促します。(月あたり1人1会場1回まで)

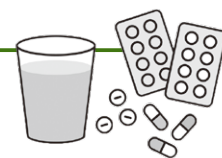
場所	時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月
福祉健康センター	13:30～14:55	7日(金)	4日(金)	2日(金)	6日(金)	3日(金)	3日(金)
		21日(金)	18日(金)	16日(金)	20日(金)	17日(金)	17日(金)
福社会館	10:00～11:25	27日(木)	24日(木)	22日(木)	26日(木)	16日(木)	23日(木)
持ち物	マスク・飲み物・ふれあい手帳(お持ちの方)						
参加料	100円		問合先		笠松町地域包括支援センター ☎ 388-7133		

◎ふれあい喫茶(認知症カフェ) 楽しいひと時を過ごしましょう。

場所	時間	10月	11月	12月	1月	2月	3月
福社会館	10:00～11:30	14日(金)	11日(金)	9日(金)	13日(金)	10日(金)	10日(金)
福祉健康センター※		18日(火)	8日(火)	13日(火)	10日(火)	14日(火)	14日(火)
総合会館		17日(月)	14日(月)	12日(月)	16日(月)	13日(月)	13日(月)
持ち物	マスク・飲み物・ふれあい手帳(お持ちの方)・上履き(必要な方)						
参加料	100円		問合先		笠松町地域包括支援センター ☎ 388-7133		

※福祉健康センターでは、ふれあい喫茶と同時に認知症介護者のサロンを開催します。

～10月17日から23日は「薬と健康の週間」です～



【お薬を適切に管理してポリファーマシーを防ぎましょう】

○ポリファーマシーって何?

多くの薬を服用しているために、副作用を起こしたり、きちんと薬を飲めなくなっている状態をいいます。高齢者は肝臓や腎臓の働きが弱くなり、副作用が出やすくなる場合があります。

○ポリファーマシーを予防・解消するために

- ①お薬手帳を1冊にまとめ医師や薬剤師に見せて、服薬状況を確認してもらいましょう。
- ②かかりつけ薬局や薬剤師を持ちましょう。
- ③気になる症状は医師・薬剤師に相談しましょう。