

○成人の健康

	事業名	とき	内容
相談・健康づくり	成人健康相談 要予約	2月22日(水) 午後1時30分～午後2時30分	保健師による健康相談 対象:住民の方
	こころの健康相談 要予約	2月24日(金) 午前10時～正午	臨床心理士によるこころの健康相談 対象:住民の方
	とよやま健康マイレージ「まいか」交換	2月28日(火)まで ※土日除く 午前9時～午後5時	とよやま健康マイレージチャレンジシートと「まいか」カード(優待カード)を交換

	事業名	とき	対象・持ち物	費用	指定医療機関
個別健診(指定医療機関で予約・受診)	子宮がん検診 予約不要	3月31日(金)まで	対象:20歳以上の女性 持ち物:保険証・印鑑	頸部1,300円 体部 800円 ※HPV(ヒトパピローマウイルス)検査(30歳～40歳の方):無料 ※体部検査は医師が必要と認めた方のみ	小林産婦人科 師勝産婦人科 N.キッズレディースクリニック ※N.キッズレディースクリニックは2月18日(土)、25日(土)午前10時～午前11時30分のみ実施
	※N.キッズレディースクリニックは要予約				
	骨粗しょう症検診 予約不要	3月31日(金)まで	対象:30歳～70歳の女性 持ち物:保険証・印鑑	400円	N.キッズレディースクリニック
	※対象年齢は平成28年4月1日現在の年齢です。70歳以上の方は検診料が無料です。 ※町障害者医療受給者、住民税非課税の方は検診料が無料です。対象の方で検診を受ける場合は事前に保健センターにお越しください。				

○高齢者の健康

事業名	とき	対象	ところ
健康ほっとサロン 予約不要	2月14日(火)、28日(火) 午後2時～午後3時	60歳以上の方	総合福祉センターひまわりで行います。
元気はつらつサロン 予約不要	2月1日(水)、15日(水) 午後1時30分～午後2時30分	60歳以上の方	総合福祉センターしいの木で行います。
うたごえクラブ 予約不要	2月9日(木) 午前10時～午前11時	60歳以上の方	総合福祉センターさざんかで行います。
認知症介護者のつどい 要予約	2月23日(木) 午後1時30分～午後3時	初期の認知症の方を介護しているご家族	地域包括支援センター

包括支援センター
だより

見守りにご協力ください

少子高齢化が進む中、ひとり暮らしや夫婦だけの高齢者世帯が増加しています。

そのため体や認知症等の病気の発症、また虐待や消費者被害等のトラブルに巻き込まれたときに支援を受けにくく、誰も気がつかないまま深刻な事態を迎える危険性があります。トラブルの予防や早期発見のためには地域の見守りがとても重要になります。

見守りと言っても何か特別なことをするというのではなく、例えば「ご近所の方同士あいさつをする」といった日常的な交流の中から異変のサインに気づくことができます。次のような異変などに気づいたら地域包括支援センターまでご連絡ください。

高齢者の方の異変のサインの例

【ご本人の様子】

今まであいさつをしていたのに、急にしなくなった

- 地域の集まりや行事に参加しなくなった
- 顔色が悪く、具合が悪そうに見える
- 髪の毛や服装が乱れるようになった
- 身体にアザや傷跡がある
- 同じ話を何回もするようになった

【住んでいる家の様子】

- 郵便受けに新聞や郵便物がたまっている
- 同じ洗濯ものが干したままになっている
- 庭の手入れがされず、荒れている
- 家の中から怒鳴り声や悲鳴が聞こえる
- 夜になっても部屋の明かりがつかない
- 見知らぬ人が出入りしている

見守りや声かけによって、トラブルの予防や早期対応が可能になります。地域の見守りに対して、ご協力をよろしくお願いいたします。

問合せ 地域包括支援センター 28・0932