

不妊検査や不妊治療費の一部を補助します

町では不妊検査や不妊治療費の一部を助成しています。

▶対象者

- ①法律上の夫婦であって、ともに町に住所を有する方
- ②夫婦の前年の所得の合計が730万円未満である方
- ③医療保険の被保険者、組合員、被扶養者
- ④生活保護世帯でない方

※令和3年1月より対象者が拡充され、治療期間の終期が令和3年1月1日以降の方は、所得制限がありません。また事実婚の夫婦も補助対象となります。

▶補助対象治療範囲

- ①不妊検査
- ②一般不妊治療（特定不妊治療は除く）

▶補助額（上限5万円）

一般不妊治療に要した自己負担額の2分の1

▶申請方法

令和2年3月から令和3年2月までの治療費について、3月31日（水）までに保健センターに申請してください。申請には治療に係る領収書の他、所定の書類が必要です。

事前に保健センターに書類をとりに来ていただくか町ホームページでダウンロードしてください。

▶問合せ 保健センター ☎28・3150

高齢者の健康

| 事業名 | とき | 対象 | ところ |
|-----------------------|---|--------------------|---|
| 高齢者の健康・認知症・介護 電話相談 | 平日 午前8時30分～午後5時15分 | 65歳以上の方と その家族 | 地域包括支援センターあおぞら ☎28・0932 |
| 健康ほっとサロン 予約不要 | 2月9日（火）、16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 |
| 元気はつらつサロン 要予約 | 2月3日（水）、10日（水）、 17日（水）、24日（水） 午後1時30分～午後2時30分 | 65歳以上の方 | 総合福祉センターしいの木 申込先：社会福祉協議会 ☎29・0002 |
| うたごえクラブ 要予約 | 2月18日（木） 午前10時～午前11時 | 60歳以上の方 （定員10人） | 総合福祉センターさざんか 申込先：さざんか ☎28・2088 |
| まちかど健康長寿教室 予約不要 | 2月2日（火） 午後1時30分～午後3時 | 65歳以上の方 | 保健センター |
| | 2月19日（金） 午前10時～午前11時30分 | | 富士学習等供用施設 |

※サロン及び教室に参加される方は、事前に自宅で検温し、マスクを着用してきてください。

包括支援センターあおぞらだより

ヒートショックにご注意ください

ヒートショックとは、急激な温度差により血圧が大きく変動することで、身体へ悪影響を及ぼすことです。暖かい居室から浴室に移動すると、室温差に思わず震えてしまうことはないでしょうか。この気温差が、高齢者にヒートショックを引き起こす原因になることがあります。

入浴中の死亡事故は冬季に多く発生している傾向がみられ、そのうち約9割は65歳以上の方です。安全に入浴

するために、65歳以上の方は特に下記の点に注意してください。

ヒートショックは、浴室以外にも、冬場の冷え込んだトイレや洗面室、屋外など、居室との極端な温度差がある場所ではどこでも起こり得ます。十分に気を付けて過ごしてください。

▶問合せ 地域包括支援センターあおぞら ☎28・0932

入浴時のヒートショックを防ぐポイント

- 入浴前に脱衣所や浴室を暖める
- 湯温は41℃以下、湯に浸かる時間は10分までを目安にする
- 浴槽から急に立ち上がらない
- 飲酒後はアルコールが抜けるまで待つ。食後すぐの入浴は控える
- 精神安定剤、睡眠薬などの服用後の入浴は危険であるため注意する
- 入浴する前に同居者に一声掛ける。同居者は、いつもより入浴時間が長いときには入浴者に声掛けをする