12月の保健行事

▶問い合わせは 健康福祉課☎0794(35)2362

内容	とき・ところ	受付時間	内容・対象など（＊は持参するもの）
ツベルクリン反応検査	3日（火）福祉会館	午後1時30分～2時	平成14年7月・8月生まれの乳児 ＊予診票・母子手帳・体温計・ボールペン
判定およびBCG接種	5日（木）福祉会館		
※4歳までにツベルクリン反応検査の結果後、BCG接種（1回）をしていない乳幼児で予診票をお持ちでない方は、前日までに健康福祉課へ申し込んでください。（母子手帳持参）ただし、11月にポリオ（小児まひ）を受けられた方は、今回の接種はできません。			
乳児健康診査	13日（金）福祉会館	午後1時～1時30分	平成14年8月生まれの乳児 ＊母子手帳・通知書（問診票）
10か月児健康診査	平成15年1月末日まで 播磨町・稲美町・加古川市内の小児科（指定医療機関）	各医療機関による（要予約）	平成14年2月生まれの乳児 ＊母子手帳・健診受診票・保険証・乳児医療受給者証
※対象者には受診票などを郵送しますので、説明書をよく読んで、指定の医療機関に予約のうえ、受診してください。 ※なお、対象者で受診票がない場合は、健康福祉課へ申し出てください。			
3歳児健康診査	20日（金）福祉会館	午後1時～1時30分	平成11年9月生まれの幼児 ＊母子手帳・通知書（問診票）・早朝尿
センター健診 住民健診（送迎バスがあります）	5日（木） 7日（土） 加古川総合保健センター 申し込み：加古川総合保健センター ☎0794－29－2923	午前8時30分～9時 午後1時～1時30分 （婦人健診は午後のみ）	18歳以上の住民 〈健診料〉 基本診査 1,500円 肺がん（結核） 700円 胃がん 1,400円 大腸がん 1,000円 骨粗しょう症検診 500円 肝炎検査 1,000円
リフレッシュ健診	12日（木） 加古川総合保健センター 申し込み：加古川総合保健センター ☎0794－29－2923	午前8時30分～9時 午後1時～1時30分 （婦人健診は午後のみ）	平成14年度中に40・50歳になる住民とその配偶者 〈健診料〉 基本診査 1,500円 肺がん（結核） 700円 胃がん 1,400円 子宮がん 1,200円 乳がん 500円 大腸がん 1,000円 骨粗しょう症検診 500円 肝炎検査 1,000円 歯周疾患健診 無料
2時間人間ドック	日程は、加古川総合保健センター☎0794－29－2923へお問い合わせください。	午前8時30分～9時	40歳以上の住民 ①予約：加古川総合保健センター ↓ ②申し込み：健康福祉課で個人負担金（8,150円）を支払う。
両親学級	17日（火）中央公民館	（実施時間） 午後1時30分～3時30分	出産予定のご夫婦 ＊母子手帳 ・小児科医からみた子育て ・播磨町の諸制度 ・ビデオ「新生児の育て方」
たんぽぽ教室	第1～4木曜日 福祉会館	（実施時間） 午前9時30分～11時30分	ことばを育む親と子の遊びの教室 申し込みは健康福祉課
まんまクッキング（離乳食講習会）	24日（火）中央公民館	（実施時間） 午後2時～4時	平成14年8月～9月生まれの乳児をもつ親 ＊母子手帳
すくすく広場	18日（水）福祉会館	午前9時30分～11時	乳幼児を持つ親 ＊母子手帳
健康相談 栄養相談	6日（金）福祉会館	（実施時間） 午後1時30分～3時	住民一般 保健師、栄養士が個別に相談に応じます。
ウェンズデイの会	第1・2・3水曜日 南部コミセン	（実施時間） 午前10時～11時30分	おおむね65歳以上 軽い運動やゲームで体を動かしましょう。
リハビリ友の会	第1・2・3月曜日 福祉会館 第1・2・3水曜日 野添コミセン	（実施時間） 午後1時30分～3時15分	医療処置終了後で機能訓練希望者 （介護保険のサービスを利用しない方） 申し込みは健康福祉課

12月の保健相談 ※電話予約制のため、申し込みは加古川健康福祉事務所（旧加古川保健所）へ ☎0794－22－0001

こころのケア相談 ◆とき 2日（月）・16日（月）午後1時～2時30分 ◆ところ 加古川健康福祉事務所	**酒害相談** ◆とき 2日（月）午後1時～2時30分 ◆ところ 加古川健康福祉事務所
難病相談：パーキンソン病 ◆とき 17日（火）午後1時30分～ ◆ところ 加古川総合福祉会館	**エイズ相談・検査** ◆とき 第1～4木曜日午前10時～正午 ◆ところ 加古川健康福祉事務所
痴ほう老人家族会 ◆とき 13日（金）午後1時30分～ ◆ところ 加古川総合福祉会館	

※夜間における急病に関しては、加古川夜間急病センター（内科・小児科）〔午後９時～翌朝６時〕☎0794（31）8051まで

楽屋裏

朝夕はめっきり寒くなり、冬の訪れを感じます。皆さん冬支度は万全ですか？▼ＪＲ土山駅の工事が始まり、大変ご迷惑をおかけしていることと思いますが、皆さんのご理解・ご協力をよろしくお願いします。橋上駅、駅前広場が完成すれば、大変便利になり、安全に利用できると思います。完成が楽しみですね▼この度出産のため、休ませていただくことになりました。十分な広報をお届けできなかったことを反省していますが、皆さんのご協力があって何とかやってこられたと感謝しています。ありがとうございました。これからも、何か気付いた点や身近な情報などありましたら、お知らせください。よろしくお願いします。（ひさえ）

健康情報テレホンサービス 12月

月曜日 いやな疥癬、あなたは大丈夫？
火曜日 よく噛むことと痴呆予防
水曜日 一般的な入浴と健康
木曜日 家庭用常備薬
金土日 エコノミークラス症候群
年末年始（12/25～1/5） 餅(食べ物)がのどにつまらないように！

☎(0792) 82-2677 ☎(078) 271-3003
http://www1.doc-net.or.jp/~hyougo/

子宮がん個別検診のお知らせ

子宮がん検診を受けるチャンスです。
早期発見・早期治療が大切です。

対象者 30歳以上の女性住民
（平成15年3月31日までに30歳になる人を含む）

検診内容・料金 子宮がん頚部検診 1500円
子宮がん頚・体部検診 2200円

＊検診料金の免除
①65歳以上の人
②生活保護・住民税非課税世帯の人
（②の人は健康福祉課に印鑑持参の上、申し出てください。）

検診医療機関 加古川市・加古郡内の9医療機関

検診実施期間 平成14年12月21日まで

申し込み・問い合わせ
健康福祉課☎0794（35）2362

12月1日は世界エイズデー

感染を早期に発見することは、適切な治療を受け、エイズの発病を抑えるためにとても重要です。

エイズ検査・相談は加古川健康福祉事務所☎0794（22）0001まで

高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ

高齢者に対するインフルエンザの予防接種を公費（一部負担有り）で実施しています。接種を希望される方は医療機関に申し出てください。

対象者 播磨町住民の人で
①満65歳以上の人
②満60歳以上65歳未満の人で心臓、じん臓又は呼吸器に重い病気のある人

接種期間 平成15年3月31日まで
（12月中旬頃までの接種が望ましい）

接種回数 １回

接種一部負担金 1,000円

接種料金の助成 次の方は接種一部負担金を助成します。
生活保護の受給者及び住民税非課税世帯の方
＊健康福祉課へ、事前に印鑑を持参の上、申請してください。

接種に必要な物 ①予診票（各医療機関にあります）
②健康手帳（接種の記録をします）
③接種一部負担金
④住民であることが確認できるもの（保険証など）

接種医療機関 加古川市・高砂市・稲美町・播磨町の協力医療機関

問い合わせ 健康福祉課 ☎0794（35）2362

保健だより

機能訓練事業に参加している皆さんと、県下、多数の市町村が参加するリハビリ交流会に出席しました。その時の感想を伺いました。

寝たきり予防推進県民大会に初参加

リハビリ友の会 西田 敬博さん

私は、平成十年十一月、突如脳卒中に見舞われ左手、左足が不自由なうえ思うように喋れないのです。

だから、平成十一年五月に退院してから町リハビリ友の会にお世話になっています。

去る十月十日に西宮市にある県立総合体育館で「寝たきり予防推進県民大会 リハビリ交流会」に行ってまいりました。

交流会というからにはお喋りやリハビリの講演だろうと思っていたが違った。

まず、会場の駐車場に着いたらバスから降りるのにボランティアの方が手伝ってくれる。ちょっとした階段にスロープを設けられ「階段です。気を付けて下さい。」と促す。

会場の通路は、ゆったりと広く車椅子が十分に通れる。「寝たきり予防」というだけあってベッドに寝たまま来られるほどだ。

始まった。まず来賓挨拶、講演およびリハビリ体操だ。

「心が動けばからだが動く、からだが動けば心も動く」

大きな垂れ幕に書いてある。ジーンとくる。私も毎日リハビリをやるぞ。武者震いがする。大田仁史先生（茨城県立医療大学附属病院長）の言葉だが私は好きだ。

お喋りと椅子（いす）に座ったままで笑いありの体操だ。うきうきするようで、からだが動き出したようだ。もうよくなってきた気がする。嬉しいね。

音大生の五重奏、私たちものって歌った音楽。最後はゲームなど。あっという間に終わった。これも不自由な私たち、家に閉じこもりがちになるが、楽しいひとときを過ごせた。ボランティアや福祉関係の方々のおかげです。

来年も行きたいね。