

ふれあいプラザ だより

◇健康増進担当 ☎ 2-4128

◇介護支援担当 / 地域包括支援センター ☎ 2-5555

■ カンガルー教室

〜親子ふれあいマッサージュ〜

◆日時 8月23日(土) 10時〜12時

◆場所 ふれあいプラザ

◆対象 1〜4カ月のお子さんとその家族

◇赤ちゃんが生まれて赤ちゃん返りをしているお子さんなど、対象年齢を過ぎた場合も素敵な効果があります。希望者は連絡を！

◇パパ大歓迎です。

◆申込期限 8月21日(木)

※上のお子さんの託児を希望される方はお申し込み時にお伝えください。

※お問い合わせは、健康増進担当(瀬戸・小椋)まで

■ いい歯ピカピカ教室 (幼児歯科健診)

◆日時 9月2日(火) 14時〜

◆場所 ふれあいプラザ

◆受付

初回参加者は13時45分〜14時

継続参加者は14時30分〜15時20分

◆対象 1歳〜4歳児(年少児童まで)
※ただし、1歳未満でも生歯6本以上あれば受けられます。

◆申込期限 当日の午前中

◆内容 歯科健診・フッ素塗布・個別相談・歯磨き指導(初回参加者)

◆持ち物 母子手帳、幼児歯科健診受診券、歯ブラシ(初回参加者)

◆その他 上士幌保育所に入所していないおひなさんは、小学校入学前までお申し込みでき、年度1回受けることができます。

※お問い合わせは、健康増進担当(河野・瀬戸)まで

■ 特定不妊治療費助成事業

不妊治療を受けている方の経済的負担の軽減を図るために、特定不妊治療費の一部を助成しています。

◆北海道の助成

(北海道特定不妊治療費助成事業)

◇1回あたり15万円を限度

(一部の治療は7万5千円)

※1年度目は年3回、2年度以降は年2回まで。5年間に通算10回を限度に助成しています。

◇平成26年度から、40歳未満で初めて助成を受ける方は、年度助成回数と通算助成期間の限度が廃止され、通算助成回数が6回までとなりました。

※お問い合わせは、帯広保健所健康増進係(☎26-18638)まで

◆上士幌町の助成

(上士幌町特定不妊治療費助成事業)
北海道特定不妊治療費助成事業の助成を受けたご夫婦を対象に、1回あたり10万円を限度に、道の助成を補充して助成する事業です。

※お問い合わせは、健康増進担当(河野)まで

■ 帯広高等看護学院の専任教員を募集

◆採用予定日 平成27年4月1日

◆受験資格 昭和55年4月2日以降に生まれた方で、次のいずれかに該当する方

①専任教員として必要な研修を終了した方(終った見込を含む)

②大学において教育に関する科目を4単位以上履修して卒業し、保健師・助産師または看護師として3年以上業務に従事した方

③保健師・助産師または看護師として5年以上業務に従事した方で、平成27年度看護教員養成講習会(約9カ月間：開催地札幌)を受講可能な方

◆募集期間 8月11日(月)〜9月12日(金)

※お申し込みやお問い合わせ

帯広高等看護学院(☎47-18881)
<http://www.octv.ne.jp/~obikan/>

マミーズ♥プラザ

講座 I

誕生学とマタニティマッサージ

誕生学アドバイザーによる命が育つお話とマタニティインストラクターによるお腹の上からのベビーマッサージを受けられます！

◆日時

8月24日(日)

10:00〜12:00

◆場所

ふれあいプラザ

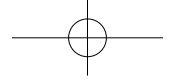
◆対象 妊婦さんとパパ

◆持ち物 バスタオル、お腹を出しやすい服装

◆申込期限 8月21日(木)まで

◇上のお子さんの託児を希望される方はお申し込み時にお伝えください。

※お問い合わせは、健康増進担当(瀬戸・小椋)まで



肺がん検診



結核検診

を受けましょう

日程

9月8日

13:10~14:00 生きがいセンター前
14:10~16:00 ふれあいプラザ前
(肺がん検診も同時実施)

ご都合の良い場所・日時に
お受けください。

▶肺がん検診の対象者

町内に住民票のある40歳以上の方
(平成27年3月31日までに40歳になる方を含みます。)

▶結核検診の対象者

町内に住民票のある65歳以上の方
(平成27年3月31日までに65歳になる方を含みます。)

- ◆肺がん検診料金400円。喫煙歴の長い方は、希望により喀痰検査(600円)も受けられます。
- ◆生活保護世帯の方は無料です。「保護決定通知書」をご持参ください。
- ◆結核検診は無料です。

次の方は、結核検診、肺がん検診の必要はありません。

平成27年3月31日までに

○病院で胸部レントゲン写真を撮った方、または撮る予定の方

○人間ドックや巡回ドックなどで胸部レントゲン検査をすでに行った方、

また行う予定のある方



受診時の服装は、薄い無地の服装で、ボタンやホック類の無いもので、ネックレス類は外しましょう。

高齢者は要注意!

結核は過去の病気ではありません

◆結核とは

結核菌が原因となって主に肺に炎症をおこす病気です。

◆結核菌はどのように感染するの?

結核患者(ご本人は気づいていません)が咳やくしゃみをした時に結核菌が飛び散り、それを周りの人が直接吸い込むことによって感染します。

◆結核の症状は?

2週間以上続く咳と微熱があれば結核を疑います。

◆どんな人が結核にかかりやすいの?

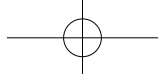
過去に感染した(自覚症状はなく、肺のレントゲン写真で結核の跡があると言われた人)、発病して治療したことのある人の肺の中では、結核菌が冬眠状態で押さえ込まれています。体の抵抗力が低下すると、いつでも暴れだしてしまいます。過去に感染経験のある高齢者は注意が必要です。

**結核を疑う症状があったら
呼吸器科のある内科に受診
しましょう。**

結核と診断された方の殆どが病院受診によって発見されています。過去に感染経験のある高齢者は症状があれば受診しましょう。ご家族の方が気づいたら受診を勧めましょう。



※お問い合わせは、健康増進担当(河野)まで



ふれあいプラザ だより♡

◇健康増進担当 ☎ 2-4128

◇介護支援担当 / 地域包括支援センター ☎ 2-5555

先天性風しん症候群予防 風しん抗体検査料の助成

北海道では、妊娠を希望する出産経験のない女性等がない女性等を対象に風しん抗体検査料を助成します。

◆対象者

- ①妊娠を希望する出産経験のない女性
 - ②妊娠を希望する出産経験がなく、かつ抗体のできない女性の配偶者(事実上婚姻関係のあるものも含む)並びに同居者
 - ③妊婦(抗体価の低い)の配偶者並びに同居者
- ※ただし、「過去に風しん抗体検査を受けたことがある」、「過去に2回の風しんの予防接種を受けている」検査によ

り風しんと判断されたことがある」方は除きます。

◆実施内容

協力医療機関でお支払いいただいた後、風しん抗体検査費用を助成します。

◆助成金額

EIA法6690円
H1法5250円

※検査方法により、どちらか1回のみを限度として助成します。

◆申請書類及び提出先

北海道風しん抗体検査事業補助金交付申請書と領収書、並びに住所地を証明する書類の写(健康保険証写、運転免許証写、はがき写等、なお、同居者の場合は、「自分の住所地と対象女性の住所地を証明する書類の写の提出が必要)を持って、帯広保健所に提出してください。(郵送可)

◆実施期限(申請書提出期限)

平成27年3月31日

◆協力医療機関

北海道のホームページまたは帯広保健所にお問い合わせください。

※お問い合わせは、帯広保健所健康推進課係予防係(☎2718637)まで

◆上士幌町も風しん抗体検査及び予防接種費用の一部を助成しています。

※詳しくは町ホームページまたは健康増進担当までお問い合わせください。

参加者募集!

お口元気に 歯っらっ教室



お口からの若返り
「お口は全身の健康のもと」

口元の印象で見た目年齢も大きく変わります。

元気なお口があれば毎日の生活が充実すること間違いなし!

お家でできるちょっとした工夫で、お口の健康管理(セルフエステ)をしてみませんか?

◇日程

9月5日^金~11月6日^木 9:30~11:30 【2週間ごとに実施(全6回)】

◇場所 ふれあいプラザ

■内容 お口の働きを改善するために、講話やゲーム、健口体操など楽しみながらお口を鍛えるヒントが盛りだくさん!
健康長寿を目指しましょう!

■講師 歯科医師・歯科衛生士(上士幌歯科クリニック)

申込期限 8月29日 金

※お申し込みやお問い合わせは、上士幌町地域包括支援センター(佐藤・牧野・山口)まで

秋の国保特定健診 がん検診などのご案内

申込期限

8月18日月

- ▶日時 9月8日(日) 午前中
- ▶場所 ふれあいプラザ
- ◆実施機関 結核予防会

■申込先 ふれあいプラザ

人間ドック、脳ドック、冬の巡回ドック(ふれあいプラザ)も、申込み受付中です。いずれかを選んでお申込みください。

健康診査

健診名	対象	個人負担額	検査内容
特定健康診査	40～74歳の町国保加入者の方	1,300円	血液検査 尿検査 血圧・身体測定 医師の診察
	平成26年度特定健康診査受診券をお持ちの方	加入している健康保険により異なります。	
後期高齢者健診	後期高齢者医療保険加入者の方(主に75歳以上の方)	無料	(心電図・眼底検査、貧血検査～国保の方は全員行います。その他は加入している医療保険により異なります)
基本健診	20～29歳	7,500円	
	30～39歳	2,300円	
	40歳以上の生活保護受給者	無料	

がん検診

■対象:医療保険に関係なく町民の方が受診できます。(単独受診も可能)

健診名	対象	個人負担額	検査内容
大腸がん検診	20～29歳	1,600円	便の潜血反応検査 ※事前に便を採取し提出
	30歳以上	500円	
肺がん検診	20～29歳	1,400円	胸レントゲン検査
	30歳以上	400円	
胃がん検診	20～29歳	4,600円	胃バリウム検査
	30歳以上	1,400円	
前立腺がん検診	男性の希望者	1,740円	血液検査

- ※肺がん検診を受けた方は、結核検診を受ける必要はありません。
- ※大腸がん無料クーポン券を利用することができます。(対象の方には4月下旬に郵送しています。)
- ※生活保護の方は、大腸がん、胃がん、肺がん検診が無料です。

肝炎ウイルス検診

- 検査内容 血液検査
(B型肝炎抗原検査、C型肝炎抗体検査)
- 対象 40歳以上の方で今まで検査を受けたことがない方
- 個人負担額 800円

エキノコックス症検診

- 検査内容 血液検査
- 対象 小学3年生以上の方
(5年に1度)
- 個人負担額 400円(小中学生は無料)

骨粗鬆症検診

- 検査内容 かかとの骨レントゲン検査
- 対象 年度末年齢で、40～70歳の5歳刻み節目年齢の女性
- 個人負担額 500円 ※対象以外の方は、1,080円で受けることができます。
※生活保護の方は、肝炎、エキノコックス、骨粗鬆症検診(節目年齢)は無料です。

健康
第一

