

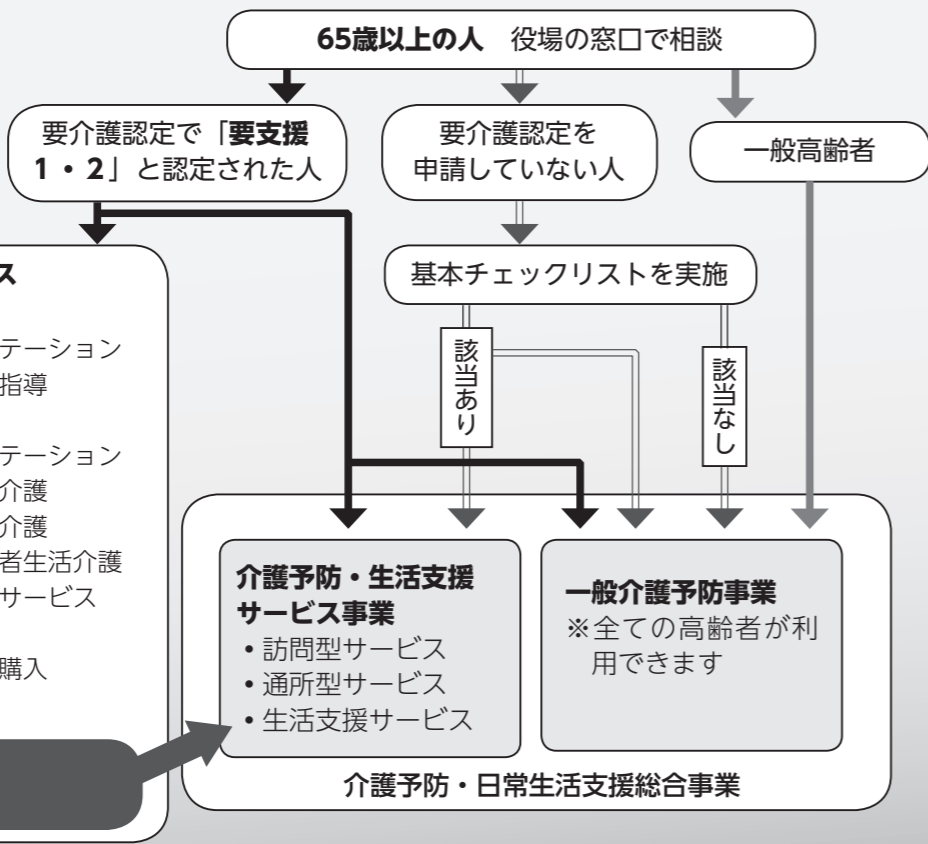
「介護予防・日常生活支援総合事業」が始まります

長寿保険課 ☎823-9609 ☎823-9627

今年4月から、これまで要支援認定の人が利用していた介護予防訪問介護は「訪問型サービス」、介護予防通所介護は「通所型サービス」とサービス名が変わり、海田町が行う「介護予防・日常生活支援総合事業」へ移行します。海田町では、ケアプランに基づき従来どおりのサービスを提供します。すでに要支援認定を

受けられている人については変更ありません。新たにサービス利用を希望する人は、基本チェックリストを受ける必要があります。

このほか、高齢者であれば誰でも利用できる一般介護予防事業もあります。



ガンバルーン体操体験講座

ガンバルーン体操とは、空気を減らしたガンバルーン(ボール)を使って、どなたでもできる体操です。椅子に座った状態で行い、運動が苦手な人でも、体力に自信のない人でも、皆さんと一緒に楽しく体を動かすことができます。

皆さんと一緒に体操をし、元気な体を維持しませんか。



地域包括支援センター ☎821-3210 ☎824-0291

日程◆2月21日・3月7日・3月21日
 ※いずれも火曜日、10時~11時30分(9時30分~受け付け)
 会場◆シルバープラザ 老人集会室1
 参加費◆無料
 定員◆20人(先着順)
 対象者◆町内在住でおおむね60歳以上で、医師から運動を止められていない人
 講師◆特定非営利活動法人コーチズ
 申し込み◆2月8日(水)から電話で地域包括支援センターへ(定員になり次第、受け付けは終了します)

高齢者の障害者控除対象者の認定について

長寿保険課 ☎823-9609 ☎823-9627

65歳以上で寝たきりや認知症など、身体の状態によっては、障害者または特別障害者に準ずる者として認定を受けられる場合があります。身体障害者手帳を持っていない場合、所得税および住民税の障害者控除または特別障害

者控除を受けることができます。認定を受けるためには申請が必要です。詳しくは、長寿保険課(役場1階)へ問い合わせください。

接種忘れはありませんか? 次の対象者はお急ぎください。

次の対象者は、平成29年3月31日をもって公費で接種できる期間が終了となります。(4月1日以降は全額自費による接種となります) 接種方法など、不明な点は、保健センターに問い合わせてください。

その他の定期予防接種についても、対象年齢が決められていますので、母子健康手帳などで接種忘れがないか確認しましょう。

予防接種の種類	対象年齢	内容
高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種(定期)	平成29年3月31日までに65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳を迎える人(ただし、過去に自費で接種した人を除きます)対象者には平成28年4月に個別通知しています。	気管支炎、肺炎、敗血症などの重い合併症を予防します。このワクチンで23種類の菌に対する予防効果が期待されます。
麻しん風しん混合予防接種(定期)	平成22年4月2日~平成23年4月1日生まれ(年長)年長の4月に個別通知しています。	はしか、風しんを予防する2回目の予防接種です。就学前の1年間で全員接種します。
おたふくかぜワクチン予防接種(任意)	平成22年4月2日~平成23年4月1日生まれ(年長)(公費助成対象年齢:満1歳~就学前の3月末日まで)	耳下腺の炎症から起こる難聴を予防します。2回接種するうち、1回は公費で接種できます。
二種混合ワクチン予防接種(定期)	13歳の誕生日の前日まで 小学6年生の4月に個別通知しています。	ジフテリア、破傷風を予防するワクチンです。

歯科検診を受けましょう

歯科検診で、日頃から歯と歯ぐきを大切に

歯の表面やすきまに付着している歯垢をプラークといいます。プラークの中にある細菌が歯を溶かしてしまいます。これがむし歯です。むし歯は自然に治ることがないため、1年に1~2度の歯科検診で早期発見に努めましょう。

歯を失う原因は、むし歯よりも歯周病です

歯周病は、歯と歯ぐきのすきまから細菌が侵入して歯肉に炎症を起こし、さらには歯を支えている骨を溶かしてしまう病気です。放置すると歯が抜け落ちてしまいますが、初期の段階では自覚症状がほとんどないため、気づかないうちに進行してしまふ怖さがあります。

歯周病と糖尿病の関係

歯周病は食生活や喫煙に関係する生活習慣病です。最近、糖尿病と歯周病の間に密接な関係があることがわかってきました。糖尿病になると身体の抵抗力が落ちることから、歯周組織にも炎症が起こり、歯周病が重症化しやすくなります。また、歯周病になると、血糖値を下げるインスリンをつくりにくくし、血糖値のコントロールがより難しくなります。このように、糖尿病を治療中の人は、歯周病予防に注意を払うことで血糖コントロールにより影響を与えます。糖尿病を治療中の人は、定期的に歯科受診してください。

今年度、節目年齢(40歳・50歳・60歳・70歳)になる人へ!

定期的に歯科検診を受けていただくために、「平成28年度歯周疾患検診受診券」(水色のはがき)を昨年5月に郵送しています。検診期限は今年2月28日(火)です。まだ受診していない人は早めに検診を受けましょう。

自己負担金◆1,300円

検診内容◆口腔内検査のみ(レントゲン検査、歯科処置、歯科清掃は含みません)

大腸がん検診 現在受け付け中 2月23日(木)まで

2月12日、19日(いずれも日曜日)も提出できます
 受付時間◆8時~10時 場所◆保健センター

提出日は2月23日(木)までの、月曜日から木曜日(8時30分~17時)ですが、期間中、左記の日曜日でも提出できます(ただし、日曜日については免除証明書の発行はできません)。検査容器は、保健センターで配布しています。