

# 8月の健康カレンダー

## ● 愛育班活動

内容	日	曜日	場所
ひょうご愛育のつどい	28	金	三田市

## ● 乳幼児健康カレンダー

( ) は対象

内容	日	曜日	受付時間	場所
母親学級	20	木	13:15 ~ 13:30	
4か月児健康診査 (27年4月生)	25	火	12:30 ~ 13:00	
10か月児健康診査 (26年10月生)	18	火	12:30 ~ 13:00	
1歳6か月児健康診査 (26年1月生)	4	火	12:30 ~ 13:00	
2歳児歯科健診 (25年5月生)	19	水	13:00 ~ 13:30	
3歳児健康診査 (24年7月生)	11	火	12:30 ~ 13:00	緑保健福祉センター
就学前5歳児健康診査 (22年8月生)	24	月	12:30 ~ 13:00	
強い歯大好き健診 (24年5月・24年11月生)	5	水	13:15 ~ 13:45	
育児相談 (26年6月生)	10	月	13:30 ~ 14:00	
(27年1月生)	31	月		
食育講座赤ちゃん栄養サロン (27年3月生)	27	木	9:45 ~ 10:00	
遊びの教室(予約制)	6	木	9:30	
発達支援相談(予約制)	6	木	13:30 ~	

## ● いずみ会リーダー養成講座

内容	日	曜日	時間	場所
献立を作成しよう①	20	木	10:00 ~	緑保健福祉センター

※各種教室・相談のお問い合わせは、健康課(☎43-5218)まで

## 時間外診療病院

月	平成病院
火	平成病院 八木病院
水	中林病院 南淡路病院
木	翠鳳第一病院
金	中林病院
土	翠鳳第一病院

平日18:00~23:00  
土曜13:00~23:00

## 休日応急診療所(広域消防南淡分署☎53-1536)

診察日	時間	医師
9:00~11:30 13:00~16:30	19:00~22:30	
2日(日)	福田郁夫 医師	平山 毅 医師
9日(日)	福原正博 医師	西口 弘 医師
14日(金)	橋田友孝 医師	鈴木俊示 医師
15日(土)	福原正博 医師	富本喜文 医師
16日(日)	前田昌己 医師	前田昌己 医師
23日(日)	前田昌己 医師	富本喜文 医師
30日(日)	宮崎美枝 医師	友清龍一郎 医師

## ● 阿波踊り体操(いずみ会主催)1回100円

内容	日	曜日	時間	場所
阿波踊り体操	5	水	10:00 ~	緑保健福祉センター
	19	水		

## ● 献血

日	曜日	受付時間	場所
10	月	10:00 ~ 12:00 13:15 ~ 16:00	市役所本館
21	金	14:45 ~ 16:30	賀集地区公民館

## 認知症を支える家族の会 スマイル

認知症の介護の悩みを一人で抱え込んでいませんか?日ごろの思いを話し合える場です。

日時 8月19日(水) 14:00~15:00

場所 中央公民館2階 視聴覚室

☎地域包括支援センター☎43-5237

## 町ぐるみ健診をうけましょう!

健診はその時だけの健康状態ではなく、毎年受けることで身体の変化を確認できます。まだ申込をしておらず、受診を希望する人は健康課まで連絡してください。

◆8月1日(土)~7日(金)

◆9月4日(金)~7日(月)

※8月2日(日)、9月6日(日)を除く

場所 中央公民館(旧三原公民館)

お申し込み 健康課まで(☎43-5218)

## 小児救急医療

### ◆小児夜間救急電話センター

毎日午後10時~午前6時までの間、医師が輪番で小児夜間救急診療を行っています。電話センターへ電話していただくと看護師が症状を聞き、必要な時は当日の担当医療機関を紹介します。

☎小児夜間救急電話センター☎44-3799

### ◆休日小児救急診療

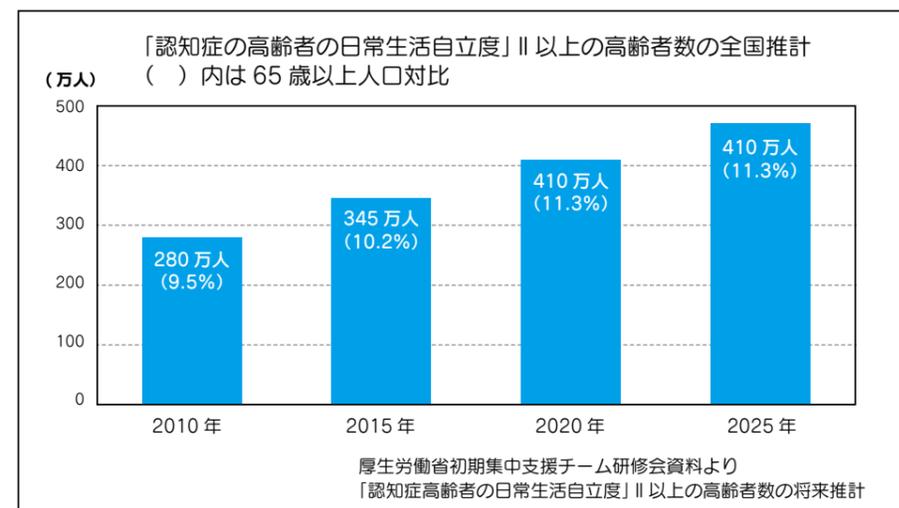
日曜・祝日・年末年始の午前9時~11時30分、午後1時~4時30分(受付時間)までの間、みなと元気館内の洲本市応急診療所において、小児科医の輪番による小児救急診療所を開設し、救急患者に対応しています。

☎洲本市応急診療所☎24-6340

# 認知症との付き合い方

— 認知症は誰にでも起こりうる病気です —

高齢者の増加に伴って、認知症高齢者の増加も見込まれます。認知症日常生活自立度Ⅱ以上の認定者数は年々増加する見込みです。南あわじ市でも平27年2月末で要介護認定を受けている3,900人のうち、約2,000人が認知症日常生活自立度Ⅱ以上に該当しています。



※日常生活自立度Ⅱとは、日常生活に支障を来すような症状・行動や意志疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意すれば自立できる状態。(用語集「認知症高齢者の日常生活自立度」参照)

## 認知症が疑われたら

まず、かかりつけ医に相談しましょう。本人が困りごとなどについてうまく説明できない場合もあるので、相談時には身近な家族に同席してもらいましょう。

必要に応じてかかりつけ医から認知症専門医療機関を紹介していただくこともできます。早く受診することで進行を遅らせたり、症状を緩和できる可能性があります。また、症状が軽いうちに、本人が家族とともに、これからの生活について考えることができます。

## 認知症の人が地域にいたら

認知症の人への援助には理解と、さりげない援助が必要です。まちのあらゆるところに温かく見守り、適切な援助をしてくれる人がいれば外出もでき、自分でやれることも増えます。



介護を一人で抱え込まず、地域包括支援センターへご相談ください。また、町ぐるみ健診会場内にも認知症相談コーナーを設けていますので、ご利用ください。

☎地域包括支援センター☎43-5237

## 認知症とは

脳は人間の活動をほとんどコントロールしている司令塔です。それがうまく働かなければ精神活動も身体活動もスムーズに運ばなくなります。認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり働きが悪くなったりしたためにさまざまな障害がおこり、生活するうえで支障が出ている状態のことをさします。

## 認知症専門医療機関

認知症に関する相談や検査・診察をおこなっています。

### ◆県立淡路医療センター 認知症疾患医療センター

☎22-1200(代表)

診察日 月曜日・金曜日の午後

※完全予約制

電話受付 月曜日~金曜日

午前9時~午後4時

### ◆南淡路病院もの忘れ外来

☎53-1553

診察日 火曜日・木曜日の

午前9時~正午

午後3時~5時30分

※完全予約制

電話受付 月曜日~金曜日

午前9時30分~午後4時