

高齢者等福祉サービスの あれこれ

高齢者や障がいのある方が安心して自立した生活が送れるように、既存住宅のバリアフリー工事費用を助成します。下記の2種類がありますので、詳細はお問い合わせください。

人生いきいき住宅 助成事業

特別型 介護保険要介護および要支援認定者、身体障害者手帳1・2・3級所持者(その他該当要件あり)が対象。介護保険の住宅改修や、障害者等日常生活用具給付事業の住宅改修の助成額を超える工事が対象。
一般型 65歳以上の方が対象。段差解消などの基礎的なバリアフリー工事が対象。



申し込み・問い合わせ
長寿福祉課 ☎552-5346

妊娠中の母子感染予防について

妊婦健診では、お母さん自身の健康管理のため、またおなかの中の赤ちゃんへの感染を予防するためにさまざまな感染症の検査をします。
感染症の中には、お母さん自身に症状が出る感染症もあれば、自覚症状なくおなかの中の赤ちゃんに影響を及ぼす可能性がある感染症もあります。
妊娠中の母子感染を予防するために、日常生活の中で以下のことに気を付けましょう。

- 1.『石けんと水道水でしっかりと手を洗いましょう』**
手洗いは感染予防で一番重要です。小さな子どもの唾液や尿、生肉、猫などのペットのふん、土を扱う場合には注意が必要です。
- 2.『しっかりと加熱しているものを食べましょう』**
十分に火を通していない肉や生ハム、サラミ、加熱していないチーズなどは感染の原因となることがあります。中心部までしっかりと加熱するか、妊娠中は食べないようにしましょう。生野菜はしっかりと洗いましょう。
- 3.『唾液・尿・体液に注意しましょう』**
上の子とのお箸や食器の共有は避けましょう。また、食べ残しを食べるのはやめましょう。妊娠中の性生活ではコンドームを着用しましょう。
- 4.『人ごみは避けましょう』**
飛沫で感染する風疹やインフルエンザなどが流行している時は人ごみを避けましょう。

6月の健康カレンダー

休日診療・休日調剤が可能な薬局 問い合わせ 丹波篠山市休日診療所 ☎552-8910 篠山市医師会 ☎552-8225

とき	休日診療			休日当番薬局		
	担当医師	受付時間	ところ	担当薬局	所在地	電話番号
2日(日)	杉本健郎医師	【午前】 10:00~12:00 【午後】 13:00~16:30	丹波篠山市休日診療所 (丹波篠山市民センター内)	祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340
9日(日)	東雲診療所医師			アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
16日(日)	にしき記念病院医師			布袋堂薬局	下二階町	552-0139
23日(日)	岡本病院医師			なかにし薬局	乾新町	554-2278
30日(日)	西井クリニック医師			祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340

※都合により医師に変更が生じる場合があります。受診前に一度診療所にお電話ください。

献血 問い合わせ 健康課 ☎594-1117

とき	受付時間	ところ	とき	受付時間	ところ
3日(月)	9:30 ~ 10:30	西紀老人福祉センター	25日(火)	10:00 ~ 12:00	(株)ニッコー
	12:40 ~ 13:10	(株)テクノワーク		14:30 ~ 16:00	兵庫医科大学ささやま医療センター
	14:30 ~ 16:30	(株)藤枝研磨工業所	26日(水)	10:00 ~ 16:00	市役所
21日(金)	9:30 ~ 10:45	(株)伸和工業	小児救急医療電話相談窓口(☎0795-72-4396) 対応時間 平日=17:30~翌8:00 土・日・祝日=24時間		
	12:00 ~ 13:00	(株)共栄樹脂			
	15:15 ~ 16:30	(株)フルヤ工業			

ささやま 保健・福祉の総合情報発信¹⁾ ホットステーション

健康 いいカラダ!



~いつまでも 続く健康 歯の力~

6月4日から10日までは、『歯と口の健康週間』です。
心身ともに健やかに過ごすには、体や心の栄養を取り入れる入り口「おくち」が健康で、清潔であることが大切です。
一生を自分の歯で食べ、豊かに暮らせるかどうかは乳幼児期の歯の状態が影響してきます。
そこで、乳幼児期の歯を健康に保つヒントを紹介します。

丹波篠山市では、節目年齢の方に市内歯科医院で利用できる“節目歯周病検診無料クーポン券”を発行しています。対象者の方はこの機会にご利用ください(検診のみ)。
なお、今年度は50歳の方を限定に無料クリーニングを体験いただけます。歯医者さんは痛くて怖いイメージがあるようですが、歯のお掃除はとても心地よく、爽快感があります。
ぜひこの機会に体験ください。

- 1.『規則正しい食生活』**
食事の時間を決めると、長い時間食べ物がおくちに入っている状態が続く「だらだら食い」を防ぎ、むし歯の原因を減らすことができます。
- 2.『よくかんで食べる』**
「よくかむ」ことは自然に身に付くものではありません。歯がはえてきた状況に合わせた食べ物で、「よくかむ」ことをしっかりと身に付けましょう。
- 3.『歯みがきの習慣』**
歯がはえたら仕上げ歯みがきのスタートです。初めは遊びながら歯ブラシに慣れさせましょう。遊びを交えたりして楽しくみがく習慣を身に付けましょう。



vol.9 手話でコミュニケーション!! 「手話」はじめませんか 問い合わせ 社会福祉課 ☎552-7102

【今月の手話】 新元号 令和!
5本指の輪の指を上に向け 並べて置き、前へ出すと同時に開く
左手拳の親指側に、右手人差し指を下ろしてあて、水平に右へ動かす
指先を上に向け、5本の指をすぼめた片手を胸の脇に出し、前に動かしながら指先を穏やかに開く

