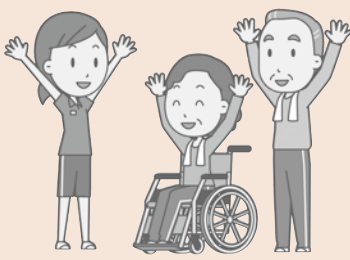


### 認知症 マメ知識

認知症対応型通所介護 (デイサービス)

認知症の方が日帰り、介護・食事・入浴・レクリエーションなどのサービスを受けることができる施設です。少人数の定員と手厚い職員配置となっており、認知症の方が安心できるなじみやすい環境の中で、一人一人の能力や特性に応じた専門的なケアをきめ細やかに提供しています。市内には3事業所があります。



問い合わせ 地域福祉課 ☎552-5346

(8月末までの認知症サポーター数 9,125人)

### 10月は「骨髄バンク推進月間」 ご協力を! 骨髄バンクのドナー登録

日本で非血縁者間の骨髄移植や末梢血幹細胞移植を必要とする患者さんは、毎年少なくとも2,000人を数えます。一人でも多くの患者さんを救うには、一人でも多くのドナー登録が必要です。

- 登録できる方
- 提供の内容を十分に理解している方
- 年齢が18歳以上、54歳以下で健康な方
- 体重が男性45kg以上/女性40kg以上の方

問い合わせ 丹波健康福祉事務所食品薬務衛生課 ☎0795-73-3770 日本骨髄バンク ☎03-5280-1789

### 10月17日(火)～23日(月)薬と健康の週間 お薬手帳を持ちましょう

自分の使用している薬の名前を覚えていますか。「お薬手帳」は、処方された薬の名前・量、回数、服薬時点(朝食後や、毎食後など)の記録(薬歴)を残す手帳です。

- あなたの薬の情報を、的確に伝えることができます
- 薬の重複投与の防止や飲み合わせの確認がすぐできます
- 薬についての相談は、医師、歯科医師、薬剤師など専門家に!

問い合わせ 健康課 ☎594-1117



## 10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 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
1日(日)	建井医院医師	【午前】 10:00～12:00 【午後】 13:00～16:30	休日診療所 (篠山市民センター内)	アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
8日(日)	中野医院医師			祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340
9日(月・祝)	草山診療所医師			なかにし薬局	乾新町	554-2278
15日(日)	細見クリニック医師			アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
22日(日)	山鳥病院医師			祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340
29日(日)	栖田内科医師			アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630

献血 問い合わせ 健康課 ☎594-1117

とき	受付時間	ところ
4日(水)	10:00～12:00	ミナト医科学(株)
	14:30～16:00	西紀老人福祉センター

毎年1回 誕生月は乳がん・子宮がん検診!

市では、1年を通して指定医療機関で、乳がん・子宮がん施設検診を700～2,300円で受診できます。詳しくはお問い合わせ、または市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 健康課 ☎594-1117 / 篠山市医師会 ☎552-8225

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



がん検診 めざせ受診率 50%超

「元気のヒケツ」は 集めて! 動いて! 楽しんで!

## 保健・福祉の総合情報発信 ささやま ホットステーション

### 10月からインフルエンザワクチンの接種が始まります

12～3月は、インフルエンザの流行時期です。インフルエンザは風邪の症状とは異なり、突然の高熱や関節の痛み、全身のだるさなどの症状が強くなります。特に体力のない高齢者や乳幼児は気管支炎や肺炎を併発しやすく、重症化すると脳炎や心不全を起こし、命にかかわることもあります。

予防接種は、発症を予防したり、重症化を防止したりすることができます。副反応は、注射部位の腫れ、

痛みなどの局所症状や発熱、頭痛などの全身症状などがありますが、通常は軽微です。流行の時期を考慮して、体調を整え早めに接種ください。

※非常にまれに、予防接種後に、ショックやぜんそく、けいれんなどが現れることがあります。詳しくは市ホームページまたは予診票の裏面をご覧ください。

問い合わせ 健康課 ☎594-1117

### 高齢者と小児は、予防接種費用の助成があります



	高齢者	小児	市内指定医療機関
対象	市内に住民票があり、予防接種を受ける日に65歳以上の方 ※60歳以上で重度の心臓、腎臓、呼吸器障害を有する方で医師が必要と認められた方も対象となります(ただし、身障手帳または診断書が必要)。	市内に住民票があり、予防接種を受ける日に生後6カ月～15歳(中学3年生)の方 ※ワクチンのメーカーにより生後6カ月から接種できない場合があります。	あしだ内科医院、芦田皮フ科、石井医院、岡本病院(高齢者のみ)、小嶋医院、河合医院、河合整形外科、草山診療所、小徳整形外科、小畠内科クリニック、今田診療所、後川診療所、東雲診療所、すぎもとボーン・クリニック、栖田内科、砂山内科クリニック、建井医院、中野医院、西井クリニック、にしき記念病院、兵庫医大ささやま医療センター、平野外科医院、細見クリニック、馬嶋医院、山鳥病院
接種回数	1回	生後6カ月～12歳まで2回、13～15歳まで1回	
助成内容	個人負担1,000円で接種できます	接種費用のうち、1回目=2,500円、2回目=1,000円を助成	
期間	10月1日(日)～12月26日(火)		
申し込み方法	市内指定医療機関(右記)へ直接電話で予約		

### 休日に乳がん検診が受けられます

子育て・仕事・家事・介護などで忙しく、平日に乳がん検診に行けない方が休日に受診できるよう、全国で行われているピンクリボン活動(乳がん啓発活動)の一環として、右記のとおり、休日乳がん検診を実施します。

検査は女性の放射線技師が担当します。 問い合わせ 兵庫医科大ささやま医療センター ☎552-7561 / 健康課 ☎594-1117

### マンモグラフィーサンデー(休日乳がん検診)

とき 11月3日(金・祝)8:30～16:30 ところ 兵庫医科大学ささやま医療センター 定員 50人 ※要予約(先着順)。 予約方法 ささやま医療センターへ平日14:00～16:00に「休日乳がん検診予約希望」と電話 ※詳しくはホームページをご覧ください。