

ささやま ホットステーション

「元気のヒケツ」は

- 集めて!
- 動いて!
- 楽しんで!

高齢者・小児インフルエンザ予防接種 費用助成の期間を延長します

今年度はインフルエンザワクチンの生産量が例年より少なく、ワクチンが不足する恐れがあるため、12月26日(火)までとしていた高齢者・小児の予防接種費用助成期限を延長します。

助成期限 平成30年1月27日(土)
申し込み方法 市内指定医療機関(下記)へ直接電話で予約

問い合わせ 健康課 ☎594-1117

市内指定医療機関			
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、小島内科クリニック、今田診療所、後川診療所、東雲診療所、すぎもとポー・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			

手洗い・うがいを忘れずに!!

毎年秋から冬にかけては、インフルエンザウイルスやノロウイルスといった感染症の流行シーズンです。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことや周囲にうつさないようにすることが大切です。

インフルエンザウイルスもノロウイルスもどちらも乾燥を好み、人から人への接触感染によって広まります。手洗い・うがいをしっかりと行い感染を防ぎましょう。

問い合わせ 健康課 ☎594-1117

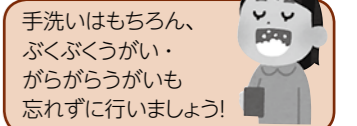
正しい手の洗い方

- ①流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- ②手の甲をのばすようにこすります。
- ③指先・爪の間を念入りにこすります。
- ④指の間を洗います。
- ⑤親指と手のひらをねじり洗いします。
- ⑥手首も忘れずに洗います。



ねじり洗い

※石けん洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



手洗いはもちろん、ぶくぶくうがい・がらがらうがいも忘れずに行いましょう!

12月1日は「世界エイズデー」

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)感染者・エイズ(AIDS:後天性免疫不全症候群)患者は毎年増えています。

HIV感染症の治療開始の遅れは感染を広げ、生活の質の低下や生命予後の悪化につながります。HIV・エイズについて正しい知識を理解し、感染を予防しましょう。

感染が心配なときは、まずHIV抗体検査を受けましょう。

とき 毎月第2・4木曜日13:30~14:30

※梅毒・肝炎検査もできます。

※匿名で受け付けています(無料、要予約)。

場所 丹波健康福祉事務所(丹波市柏原町)

申し込み 丹波健康福祉事務所健康管理課(☎0795-73-3765)まで電話

認知症 マメ知識

訪問介護
(ホームヘルプ)

ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事や排せつ、掃除や洗濯など身の回りのお手伝いをします。全てを行うのではなく、ケアマネジャーの立てるケアプランに基づいて、見守りや声かけをしながら一人一人の能力に応じてできないところを支援し、本人の力を維持するためのサポートをします。



問い合わせ
地域福祉課 ☎552-5346

(10月末までの認知症サポーター数 9,246人)

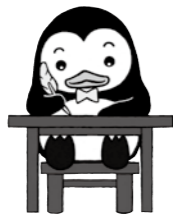
「社会を明るくする運動」作文・エッセイコンテスト 篠山市推進委員長賞に8人、県の審査会に進達!

犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする「社会を明るくする運動」への理解を深めるため行われた作文・エッセイコンテストで、市内では小学生の部で45点、中学生の部で211点、高校生の部で103点の応募がありました。

篠山市推進委員会で審査した結果、右記の8人に「推進委員長賞」を表彰し、兵庫県で行われる審査会へ作品を進達することとなりました。

市ホームページで作品を掲載していますのでぜひご覧ください。

問い合わせ
福祉総務課 ☎552-7101



社会を明るくする運動
マスコット
キャラクター
更生保護ペンギンの
ホゴちゃん

- 「犯罪をなくして安全な町に」 田中星奈さん(西紀南小6年生)
- 「犯罪のない社会に」 田井綾乃さん(篠山中2年生)
- 「犯罪をなくすために」 後藤友喜さん(丹南中2年生)
- 「無くそう!犯罪」 酒井輝美さん(篠山中2年生)
- 「私が願う明るい社会」 赤松優衣さん(篠山鳳鳴高校1年生)
- 「芽を摘む」 橋元南旺さん(篠山鳳鳴高校1年生)
- 「居場所」 田邊晴さん(篠山鳳鳴高校1年生)
- 「正しい判断すること」 角穴奈津子さん(篠山鳳鳴高校1年生)

12月の健康カレンダー

休日診療 **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	担当医師	受付時間	ところ	とき	休日当番薬局	住所	電話番号
3日(日)	にしき記念病院医師	【午前】 10:00~12:00 【午後】 13:00~16:30	篠山市休日診療所 (篠山市民センター内)	3日(日)	祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340
10日(日)	草山診療所医師			10日(日)	なかにし薬局	乾新町	554-2278
17日(日)	建井医院医師			17日(日)	アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
23日(土)	小嶋医院医師			23日(土)	布袋堂薬局	下二階町	552-0139
24日(日)	砂山内科クリニック医師			24日(日)	祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340
31日(日)	すぎもとポー・クリニック医師			31日(日)	アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630

※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
8日(金)	10:00~16:00	篠山市役所
10日(日)	10:00~12:30 13:45~16:00	ザ・ビッグ篠山店

休日診療(歯科) **問い合わせ** 健康課 ☎594-1117

とき	担当医師	受付時間	所在地	電話番号
30日(土)	有本歯科医院	9:00~12:00	郡家	552-8282
31日(日)	北歯科		東岡屋	552-4182

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

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いただくか、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

