



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 地域福祉課 ☎552-7102

【今月の手話】 あけまして、おめでとうございます。

正月

両手人差し指を左右から引き寄せて上下に置く。



おめでとう

指を上に向けてつまんだ両手5指を上へ上げながら開く。



「認知症になっても大丈夫! ~みんなが安心して暮らせるあれこれ...2018~」

介護セミナーを開催します

今や認知症は誰もが関わる可能性のある身近な病気です。認知症になっても、認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる社会の実現のために、さまざまな制度や社会資源を知ることは認知症の理解にもつながります。ぜひ、お気軽にご参加ください。

とき 2月2日(土)13:00 ~ 15:30

ところ 西紀老人福祉センター

内容 啓発劇、認知症対応型事業所等の作品紹介、福祉用具の展示、認知症カフェやいきいき倶楽部、サロンの紹介など

問い合わせ 西部地域包括支援センター ☎594-3776



啓発劇



福祉用具の展示

1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(火)	小嶋医院医師	【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)	アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
2日(水)	兵庫医大ささやま医療センター医師			布袋堂薬局	下二階町	552-0139
3日(木)	平野外科医院医師			なかにし薬局	乾新町	554-2278
6日(日)	東雲診療所医師			祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340
13日(日)	石井医院医師			アルカ篠山薬局	黒岡	554-3630
14日(月)	にしき記念病院医師			布袋堂薬局	下二階町	552-0139
20日(日)	岡本病院医師		なかにし薬局	乾新町	554-2278	
27日(日)	すぎもとポーン・クリニック医師		祥漢堂薬局しのめ店	黒岡	554-1340	

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



※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。

休日診療(歯科) 問い合わせ 健康課 ☎594-1117 献血 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	とき	受付時間	ところ
1日(火)	仲田歯科医院	9:00 ~ 12:00	東吹	594-2001	10日(木)	10:00 ~ 12:30	丹波広域農業研修センター (JA丹波ささやま本店横)
2日(水)	たなか歯科クリニック		味間南	590-1182		14:45 ~ 16:30	JA丹波ささやま生産総合センター
3日(木)	多幡歯科		黒岡	552-7718			

毎年1回 誕生日は乳がん・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

ささやま 保健・福祉の総合情報発信

ホットステーション

健康 いいカラダ!



今年度の検診はお済ですか? まだまだ受診の機会があります

未受診者健診 (特定基本健診・がん検診など)

誕生日での受診を基本に、月に1度行っているセンター健診(特定基本健診・がん検診など)や医療機関健診(特定基本健診)を2月までに受診できなかった方を対象に未受診者健診を行います。

今年度最後の健診受診の機会です。未受診の方はぜひご利用ください。

【注意】

- ①現在、センター健診・医療機関健診(1、2月実施分)を申し込んでいる方はそちらを優先してください。
- ②特定基本健診を受診される場合「特定健康診査受診券」が当日必要です。お手元がない場合は健康保険証の発行元または事業所などを通じてご確認ください。なお、39歳以下の方、篠山市国民健康保険加入者の方、後期高齢者医療制度加入者の方は上記受診券は不要です。

申し込みについて

申込期限 2月8日(金)

※申し込みがない場合は受診できません。

※申し込みの際に希望の日程や健診内容をお知らせください。申込者数が多数の場合、ご希望の日程に健診を受けられない場合があります。

※節目年齢などの方に送付している「大腸がん検診無料クーポン券」「胃がんリスク検診無料クーポン券」「肝炎ウイルス検診無料クーポン券」も利用できます。

申し込み・問い合わせ 健康課 ☎594-1117



とき	受付時間	ところ	健診内容
3月1日(金)	9:00 ~ 11:00	西紀老人福祉センター	○特定基本健診
3月4日(月)		ハートピアセンター	○肺がん検診(喀痰検査も同時実施)
※3月5日(火)	9:00 ~ 11:30	丹南健康福祉センター	○胃がん検診
3月6日(水)		篠山市民センター	○胃がんリスク検診
3月7日(木)		今田まちづくりセンター	○大腸がん検診
3月8日(金)	9:00 ~ 11:00	城東公民館	○前立腺がん検診 ○肝炎ウイルス検診

※3月5日(火)の健診は、マンモグラフィ検診、骨粗しょう症検診も実施します。

認知症 マメ知識

認知症チェックシートでチェックしてみましょう!

- 問い合わせ
- もの忘れ相談センター (地域福祉課内) ☎552-5346
 - 東部地域包括支援センター ☎558-0324
 - 西部地域包括支援センター ☎594-3776

「もの忘れが気になる」「探し物をよくする」「聞いたことをすっかり忘れていた」など、大丈夫だろうか?と不安になることはありませんか。いきなり受診や相談に行きにくい時、自分でチェックしてみることができます。

インターネット「兵庫県版認知症チェックシート」(<http://web.pref.hyogo.lg.jp/kf29/25nintisyousi-to.html>)を試してみましょう。

また、篠山市では「あなたができる気づきシート」を作成しています。ご本人でも、周りの人でも、気づいた時に簡単にチェックしてみることができます。シートは市役所地域福祉課、地域包括支援センターにお尋ねください。

チェックの結果が心配な方は、かかりつけの医師か左記窓口にご相談ください。

11月末までの認知症サポーター数 10,397人