

# 健康ガイド

Health guide

《問合先》健康推進課  
☎0296-75-3159(直通)  
☎58-5111-75-3111(代表)

## 10月分



### 乳幼児健診・育児相談

- 岩瀬・大和地区の方**
- 4〜7か月児育児相談
    - 対象／平成27年4月〜5月生
    - 日程／10月7日(水)
    - 会場／岩瀬福祉センター
    - 受付時間／13時〜13時20分
    - 持参／母子健康手帳、送付した問診票
  - 1歳児健診
    - 対象／H26年10月生
    - 日程／10月20日(火)
    - 会場／岩瀬福祉センター
    - 受付時間／13時〜13時20分
    - 持参／母子健康手帳、送付した問診票

- 1歳6か月児健診
  - 対象／H26年2月〜3月生
  - 日程／10月6日(火)
  - 会場／岩瀬福祉センター
  - 受付時間／13時〜13時20分
  - 持参／母子健康手帳、送付した問診票、歯ブラシ、バスタオル

- 真壁地区の方**
- 1歳6か月児健診
    - 対象／H26年1月〜3月生
    - 日程／10月1日(木)
    - 会場／真壁保健センター
    - 受付時間／13時〜13時20分
    - 持参／母子健康手帳、送付した問診票、歯ブラシ、バスタオル

- 3歳児健診
  - 対象／H24年7月〜9月生
  - 日程／10月21日(水)
  - 会場／真壁保健センター
  - 受付時間／13時〜13時20分
  - 持参／母子健康手帳、送付した問診票、歯ブラシ、バスタオル、尿容器(採尿したもの)

### 総合健康相談

- 総合健康相談(要予約)
  - 日程／10月7日(水)・21日(水)

- 会場／健康推進課(岩瀬庁舎)または真壁保健センター
- 受付時間／10時〜11時30分

### 成人健康診査

- 住民健診／30歳以上の方
  - 日程／10月23日(金)・26日(月)〜30日(金)
  - 会場／真壁福祉センターなど真壁地区の各会場
  - 受付時間／9時30分〜11時・13時30分〜14時30分
  - 内容／特定健康診査、後期高齢者健診、若年者健診、肺がん検診、肝炎ウイルス検査、大腸がん検診、前立腺がん検診
  - ※日程など詳細は、「平成27年度健康カレンダー」をご覧ください。
- 骨粗しょう症検診
  - 対象／平成27年度に40・45・50・55・60・65・70歳になる女性の方
  - ※対象となる方には、個別通知をお送りします。
  - 日程／10月14日(水)〜16日(金)
  - 会場／真壁福祉センター(14日)・岩瀬福祉センター(15日)〜16日

- 受付時間／9時30分〜11時30分・13時30分〜14時30分

### 心の健康

- こころの健康相談(要予約)
  - 日程／10月19日(月)
  - 会場／岩瀬福祉センター
  - 開催時間／13時〜15時
  - 内容／精神保健福祉士が担当し、秘密は厳守されます。

### 休日当番医療機関

- 10月4日(日)
  - 医療機関名／なかはら整形外科医院
  - 住所／真壁町飯塚496-1
  - 連絡先／☎0296-2319955
- 10月11日(日)
  - 医療機関名／大和クリニック
  - 住所／大和玉2513-12
  - 連絡先／☎0296-5817788
- 10月12日(月)
  - 医療機関名／仁保内科医院
  - 住所／真壁町真壁425
  - 連絡先／☎0296-2318088

### 10月18日(日)

- 医療機関名／袖山医院本院
- 住所／西桜川1-43
- 連絡先／☎0296-7512019

### 10月25日(日)

- 医療機関名／内科宮本医院
- 住所／真壁町古城229-1
- 連絡先／☎0296-5510101

### きらきら健康講座

- もっとよく知る認知症
- 認知症にならないために
- 日時／12月9日(水) 13時30分〜15時
- 場所／真壁福祉センター
- 講師／阿部田医院 阿部田聡医師
- 問合せ・申込先／健康推進課(☎0296-7513159直通)

## 9月は茨城県認知症を知る月間です

茨城県では9月を「認知症を知る月間」として、認知症に対する正しい知識の普及啓発活動を行っています。認知症を正しく理解し、安心して暮らせる地域を目指しましょう。

### 認知症とは？

脳に何らかの原因で障害が起き、脳の機能が低下することで、「物忘れ」や「判断力低下」など、日常生活がうまく行えなくなる「脳の病気」です。

### 認知症の主な症状

- 記憶障害／最近のことを忘れてしまう。同じ質問を繰り返す。
- 見当識障害／今がいつなのか、ここがどこなのか分からなくなる。
- 判断力低下／真夏でもセーターを着る、真冬でも薄着で外出する。

### 認知症を知らせる信号

- ご家族が気づいた認知症の人の主な日常生活の変化は、次のとおりです。
- 同じことを何度も言ったり、聞いたたりするようになった。
- 物の名前が出てこなくなった。
- 置き忘れやしまい忘れが目立つようになった。
- 以前はあった関心や興味が失われた。
- 水道の蛇口の閉め忘れ、ガスの火の消し忘れが目立つようになった。
- 財布やお金などを「盗まれた」と言うようになった。

こうした変化が認知症を知らせる信号です。気がついたら、早めに専門機関や相談窓口にご相談しましょう。

### 【相談窓口】

- 桜川市地域包括支援センター(☎0296-7314511直通)

### 認知症の人と家族のつどい

「つどい」は認知症の人と家族が日頃の悩みや不安を話し合う場です。

- ◎つくば会場(つくば市役所)
  - 日時／毎月第1金曜日 13時〜15時
- ◎水戸会場(水戸合同庁舎)
  - 日時／毎月第2金曜日 13時〜15時
- ◎電話相談(☎029187910018)
- 日時／月曜日から金曜日(祝日除く) 12時〜16時
- 問合せ先／公益社団法人認知症の人と家族の会 茨城県支部(☎029187910808)

### 認知症サポーター養成講座

市では、認知症の方やそのご家族を温かく見守る「認知症サポーター養成講座」を実施します。90分程度の講義を受講すればだれでもサポーターになります。各団体などで受講を希望される方は、問い合わせください。

問合せ先／桜川市地域包括支援センター(☎0296-7314511直通)

## 資格取得!

募集要項 領布中

少子・高齢化が進化する現在、資格者として医療の分野で輝けるフィールドが大きく広がっています。当学院では、幅広い年齢層の生徒が共に学び、地域医療の最前線で活躍しています。社会人の方々も、数多くチャレンジしています。

入学相談・学院見学 随時受付中

**真壁医師会准看護学院** 筑西市二本成 827-1 (下館南中学校そば)  
☎0296-22-7702 http://www.m-ishikai.com/gakuin/

歯科 小児歯科 インプラント 床矯正 (自由診療 1歯20万円〜) (自由診療 9万円〜)

歯科用CTあり (撮影料19,800円〜)

**やなぎだ歯科** YANAGIDA DENTAL CLINIC

■診療時間／午前9:00〜12:30 午後2:30〜7:00  
■休診日／木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

歯科医師 柳田佳代子 柳田充康

桜川市西飯岡 539-4 坂戸小学校正門前  
http://www.yanagida-dc.com ☎0296-76-3700

# オースタムジャンボ宝くじ

9月28日(月)発売 売り切れしたい発売終了!

## 5億円

1等・前後賞合わせて

★この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。★宝くじは、ぜひ茨城県内でご購入願います。

●1等・前後賞合わせて5億円(1等3億円/前後賞各1億円) ●発売期間/9月28日(月)~10月16日(金) ●抽せん日/10月23日(金)

宝くじに関するお問合せ/03-3535-9033[みずほ銀行] 公益財団法人 茨城県市町村振興協会