

**包 括**

地域包括支援センターからのお知らせ  
だれもが安心して暮らせるまちづくり

問 地域包括支援センター ☎77・3925

住み慣れた地域で、認知症になっても安心して暮らし続けることができるまちづくりを進めています。

認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守り支援するまちを目指します。

■「認知症初期集中支援チーム」を配置

認知症が疑われる人やその家族を専門の職員が訪問し、認知症の容態に合わせて適切に医療・介護・生活支援のサービスが受けられるように、集中的な支援を行います。

■「認知症地域支援推進員」を配置

地域で認知症に関することを普及・啓発していきます。  
また、認知症の人やその家族を支援する相談業務などを行います。

■「認知症サポーター養成講座」の開催

認知症の方とその家族を支援するために、表記の講座を開催します（開催日は広報などでお

知らせします）。

■「ボランティア」の募集

気軽にお茶を飲みながら情報交換ができる憩いの場として「認知症カフェ」の開催を検討しています（営利や宗教、政治活動を目的として行うものではありません）。  
※ボランティアと一緒に企画からお手伝いをしてくださる方を募集します。お気軽にお問い合わせください。



芝山小田植え体験（5月14日）

**健 康**

保健センターからのお知らせ  
定例健康相談の開催について

問 保健センター ☎77・1891

ご自分やご家族の健康診断の結果や生活習慣病予防について、お気軽にご相談ください。

■対象者 30歳～64歳まで

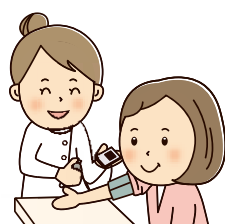
■開催日 6月8日(金)  
9月14日(金)  
12月14日(金)  
3月15日(金)

■時間 ①午後1時30分～  
②午後2時30分～  
③午後3時30分～

■場所 保健センター

■内容 血圧測定、ストレス度チェック、保健師・栄養士に

よる個別相談（各自の健康診断の結果などをご持参ください）  
※予約制となりますので、保健センターへお申し込みください。



歯と口の健康習慣・8020運動  
のばそうよ健康寿命はみがきで

6月4日～10日は、歯と口の健康習慣です。健康な歯を保つことは、「食べること」に重要な役割を担っています。また、健康な歯と歯肉でよく噛んで食べることで、肥満や糖尿病などの生活習慣も予防できます。日々の手入れをしっかりと行いましょう。

■セルフケア

- ・毎食後、就寝前の歯磨き
- ・歯間ブラシや糸ようじの使用
- ・フッ化物配合歯磨き剤の使用
- ・入れ歯の手入れ

■プロケア（専門家のケア）

- ・歯科健診の受診
- ・フッ化物の塗布
- ・歯石除去や歯のクリーニング
- ・ブラッシング指導



胃がん・大腸がん検診

## 早期発見・早期治療が重要です

☎ 保健センター ☎ 77・1891

がんは日本人の死因の1位ですが、早期発見・早期治療で治せるがんも増えてきています。早期のがんは自覚症状がないことが多いため、症状がない場合でもこの機会に胃がん・大腸がん検診を受けましょう。

今年度40歳になる方には無料で検診が受けられるクーポン券をお送りしています。なお、5月に多古中央病院で個別検診を受けられた方は、8月頃に還付手続きの書類を送付いたします。※検診を受けるには、登録が必要となります。

### ■クーポン券対象者

40歳になる方（昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれ）

### ■受診方法

- ステップ1 「登録」
- ※登録未済の方は保健センターまで申し込んでください。
- ステップ2 「問診票が届く」
- ←
- ステップ3 「検診を受ける」
- ※クーポン券がある方は提出してください。

### ■注意事項

- ・芝山町では毎年検診が受けられます。
- ※無料クーポンは今回のみとなりますので、来年度以降は交付されません。
- ・自覚症状がある方や治療中の方は、検診ではなく医療の対象となります。
- ※このクーポン券は経過観察中の方にも対象年齢の方全員に送付していますが、医療機関を受診してください。



### 検診日程と検診会場

	胃がん検診	大腸がん検診
対象	40歳以上（昭和54年4月1日以前に生まれた方）	
検診内容	自覚症状の確認 胃のレントゲン撮影（バリウム）	便潜血検査 （自宅で便を2日間採取し提出）
自己負担金	1,200円 （検診費約5,600円）	500円 （検診費約1,500円）
	※がん検診は高価な検診です。町で実施する検診は、補助が受けられるので自己負担金が安く済みます。クーポン券を送付された方は無料となります。	
日程	6月22日(金)、23日(土)、24日(日)	容器配布 胃がん検診時および7月中 検体回収期間 7月11日(水)～8月3日(金)
時間	午前8時～11時	午前8時30分～午後5時15分
場所	保健センター	保健センターまたは住民検診会場

【注意】 無料クーポンが使えるのは町が実施する検診のみです。