



3月の第2木曜日は、世界腎臓デー

平成30年の世界腎臓デーは、3月8日(木)です。

慢性腎臓病(CKD)をご存じですか？

- 慢性腎臓病(CKD)とは…「腎障害」か「腎機能低下」のいずれか、あるいは両方が一定期間以上続く状態のこと。
- CKDはなぜ危険?………初期の段階では、自覚症状がありません!
⇒自覚症状があらわれた時には、病気が進行していることがほとんどです。

【CKD悪化で起こる自覚症状】

- ・むくみ ・だるさ ・貧血
- ・吐き気 ・食欲不振 など

成人の8人に1人はCKD

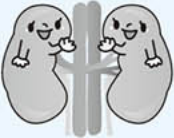
だと推計されています。



腎臓の機能は、一度低下すると元には戻りません。

⇒病気が進行すると、腎不全に陥り、人工透析が必要になってしまいます。
また、脳卒中や心筋梗塞などの危険性も高まります。

腎臓を守るための節塩講習会 ～知ろう!防ごう!CKD～



「新たな国民病」ともいわれる慢性腎臓病について、生活習慣や健診結果と腎臓の深い関わりや、日常生活での予防法などを楽しく学べます。「塩分控えめ」を実際に味わうための試食もあります。興味のある方はぜひ参加してください!

節塩の試食
があります!

- ◇日にち：3月14日(水)
- ◇時間：13時30分～15時(13時～受付)
- ◇内容：節塩の話、腎臓についての話
- ◇場所：揖斐川保健センター 2階
※健診結果がある方はお持ちください。
- ◇申込み締め切り 3月6日(火)

【お問い合わせ・お申込み】 揖斐川保健センター Tel 23-1511

今年度65・70・75・80・85・90・95・100歳になられる方へ

高齢者肺炎球菌予防接種を受けましたか？

一生に1回は、予防接種を受けましょう

平成29年度高齢者肺炎球菌予防接種の接種期間は、平成30年3月31日(土)までです。
接種希望の方は予診票を発行しますので、揖斐川保健センターまでお問い合わせください。

1. 対象者 揖斐川町に住民登録がある該当年齢の希望者

ただし、過去に「高齢者肺炎球菌予防接種」を受けられた方は、対象となりません。

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 65歳(昭和27年4月2日生～昭和28年4月1日生) | 70歳(昭和22年4月2日生～昭和23年4月1日生) |
| 75歳(昭和17年4月2日生～昭和18年4月1日生) | 80歳(昭和12年4月2日生～昭和13年4月1日生) |
| 85歳(昭和7年4月2日生～昭和8年4月1日生) | 90歳(昭和2年4月2日生～昭和3年4月1日生) |
| 95歳(大正11年4月2日生～大正12年4月1日生) | 100歳(大正6年4月2日生～大正7年4月1日生) |

2. 接種場所 : 揖斐郡内の指定医療機関、岐阜県広域化予防接種医療機関

3. 自己負担金 : 3,000円 (医療機関窓口でお支払いください)

4. 持ち物 : 高齢者肺炎球菌予防接種予診票

【お問い合わせ】 揖斐川保健センター Tel 23-1511

3月は 自殺対策強化月間です

心のサインを感じたら、1人で悩まず相談しましょう。

- 全国一斉心の健康相談 統一ダイヤル
Tel 0570-064-556
- よりそいホットライン(24時間対応)
Tel 0120-279-338

3月1日から3月7日は子ども予防接種週間です

◎麻しんおよび風しん混合予防接種は接種されましたか？

麻しんおよび風しん混合予防接種の対象者 1期：生後1歳以上2歳未満児 2期：就学前1年間にある児

◎ジフテリア・破傷風二種混合予防接種は接種されましたか？

ジフテリア・破傷風二種混合予防接種の対象者 11歳以上13歳未満の児

(平成29年4月に小学校6年生に個人通知をしています)

また、予防接種を受けていないお子さんは、体調の良いときに、揖斐郡内の医療機関へ予約して接種しましょう。接種の際は、予診票と母子健康手帳を持参してください。(予診票がない方は揖斐川保健センターにご連絡ください)

◎任意のおたふくかぜ予防接種料金助成の申請はお済みですか？

〈費用助成対象者〉1歳以上小学校就学前

〈助成回数・助成額〉1回3,000円 ※接種後、1年以内に申請してください。

【お問い合わせ】 揖斐川保健センター TEL 23-1511

病児・病後児保育室「いびっこ」平成30年度事前登録のご案内

平成30年3月1日(木)から4月以降の利用のための事前登録期間を設けます。ご希望の方は、申請書に必要事項を記入の上、提出してください。後日「登録証」を送付します。

○申請書設置場所 揖斐川町役場子育て支援課・各振興事務所・各幼児園

○申請に必要なもの 健康保険証・母子手帳・印鑑

■対象児童 次の①～③の全ての条件を満たす方

- ①町内在住の生後8か月～小学校3年生までのお子さん
- ②病期中・病気回復中であり、集団生活が困難なお子さん
- ③保護者の都合により、家庭での保育が困難なお子さん

■対象症状・状態

医療機関の診察により、当面症状の急変が認められず、保育室の利用が可能であると判断された場合に限りです。1疾病につき、7日を限度に利用できます。

■利用日時 月曜日～金曜日 8時～18時 ※土日祝、12月29日～1月3日は休室

■定員 (1日当たり) 3人

■利用料 (1日当たり) 4時間まで 1,000円 4時間を超える場合 2,000円

【利用までの流れ】

○事前に……申請書の提出 → 「登録証」の受取

○ご利用時……揖斐厚生病院 (TEL21-1111) に電話連絡。「利用申込書」「診療情報提供書」「保育に必要なもの」をお持ちの上、来室してください。保育士・看護師の職員が保育・監護します。また、感染を防ぐため部屋を仕切り対応しています。



3月 気軽にお越しください！ 認知症カフェ

認知症カフェとは、誰でも参加できる集いの場です。地域住民、認知症の人やその家族が、お茶をしながらお互いに交流したり、情報交換や専門のスタッフへ気軽に相談したりすることを目的としています。

名称	会場	開催日時	電話番号
喫茶しずやま	グループホーム 揖斐川げんき村	3月21日(水) 10時30分～11時30分 13時30分～15時	21-3511
ふらっとカフェ	JA いび川 清流の里	3月16日(金) 13時30分～15時	21-3666
カフェスマイル デイズ	メディカル ケアセンター I B	3月28日(水) 13時～16時	22-0122
喫茶Chidori (ちどり)	特別養護老人ホームかりやど	3月28日(水) 14時～16時	22-5511

【お問い合わせ】 地域包括支援センター TEL 23-1341

3月のおたっしや教室

日頃の生活の中での動きが楽になる運動をしてみましょう。参加無料、申込み不要です！

対象 揖斐川町にお住まいの65歳以上の方
どの公民館にもご参加いただけます

受付・血圧測定：9時30分～ 教室：10時～11時30分

公民館	部屋	日程(毎月)	開催日
揖斐	1階和室	第2木曜日	3月8日
小島	1階集会室	第4木曜日	3月22日
大和	2階集会室	第1水曜日	3月7日
北方	1階集会室	第3水曜日	お休み
清水	1階集会室	第2火曜日	3月13日
胫永	1階ホール	第4火曜日	3月27日

※昨年度と開催日程が異なる公民館があります。

※公民館によって講師が異なります。

持ち物 運動のできる服装、上靴、水分、タオル、教室のファイル(お持ちの方)

【お問い合わせ】 地域包括支援センター TEL 23-1341