

今回の担当は

診療所ドクターリレーエッセイ 「診療所でこんなこともやってます」

公益社団法人地域医療振興協会 いびがわ診療所 管理者 西脇健太郎(医師)

診療所は「病気になったら診察してもらうところ」であることは皆さん、よくご存知かと思います。今回のエッセイは、診察する以外に行っております、地域医療振興協会が運営する診療所のお仕事について、一部になりますが、ご紹介したいと思います。

### 認知症初期集中支援チーム

家族の訴え等により認知症が疑われる人や認知症の人およびその家族を訪問し、アセスメント、家族支援などの初期の支援を行っています。認知症サポート医である私もチームの一員で行政や当協会の担当者と定期的に活動を行っています。

### 行政と関連した業務

揖斐川町の地域医療の展開について行政担当者と定期的に協議をしたり、小児から大人の健診事業(特定健診、胃がん検診等を含む)を行っています。介護保険や障がいの審査委員も担当しております。

### 産業医

町内の企業、学校、行政機関等の産業医を担当させていただいております。働く皆さんの健康を守ることも大切な仕事です。

### 学校医の業務

主に内科領域の学校医として各学校と関わりを持っています。児童生徒の皆さんの定期的健康診断を行ったり、何かの健康上の課題が発生した場合、学校側からの相談にいつでも応じられる体制となっております。

揖斐特別支援学校に対しては、通常の学校医の業務や産業医に加えて、日常的に医療が必要となる児童生徒の皆さんのサポートをする立場で支援させていただいております。

このような活動を通じて「地域丸ごと診る」を実践していきたいと考えております。

☎ いびがわ診療所 Tel 22-2000



▲いびがわ診療所 西脇健太郎(医師)

## フィットイージー株式会社と連携した、健康教室を実施しました

2月から3月の計3回、FIT-EASYの店舗で活躍するインストラクターを講師に迎え、健康教室を実施しました。

2月は、子育て支援センターで子育て世代の女性に向けた「ママのためのビューティートレーニング」を開催し、インストラクターによる「深呼吸と骨盤ケア」をテーマとした、無理なく体を整えるヨガ・ストレッチレッスンを行いました。

3月は、健康広場で国保特定健診受診者を中心に、「すぐ実践!お家エクササイズ」を開催し、自宅で出来るストレッチや筋力トレーニングを中心に、今の生活に無理なくプラス出来る動きなどのレッスンを行いました。

参加者からは、楽しく体を動かすことが出来たことや、心身のリフレッシュが出来る貴重な時間となったといった感想があり、満足度の非常に高い教室となりました。

今年度も、同様の教室を実施予定です。興味のある方は、ぜひご参加ください。

☎ 揖斐川保健センター Tel 23-1511



▲2月の教室



▲3月の教室

## 带状疱疹ワクチン予防接種(任意接種)の費用助成

揖斐川町では、定期的予防接種の対象者以外の方で、接種を希望される方に対して、予防接種にかかる費用の一部助成を実施します。下記の内容をご確認いただき、申請をお願いいたします。

**対象者**：50歳以上の方で、定期予防接種の対象者以外の方

**助成**：接種費用の1/2

带状疱疹不活化ワクチン 2回接種 上限1回10,000円(計20,000円)

带状疱疹生ワクチン 1回接種 上限4,000円

**必要書類**：領収書(原本)、接種済証明書または予診票、口座番号の分かるもの

<注意>接種後、1年以内に申請してください。

**問** 揖斐川保健センター Tel 23-1511



19歳～39歳対象!

## ヤング健診

「若いから大丈夫」と思っている方も、実は生活習慣病の芽が隠れているかもしれません。

ぜひ、この機会に健康診査を受けて、病気の発症予防と早期発見に繋がしましょう!

**対象者**：揖斐川町に住民票を有する19～39歳の方(年齢基準日：令和9年3月31日)

**料金**：500円

**健診内容**：問診、身体計測(身長・体重・腹囲)、血圧測定、尿検査(蛋白・糖・潜血・尿中塩分濃度)、血液検査(肝機能・脂質・クレアチニン・尿酸・HbA1c・腎機能・貧血)

**健診日程**

【集団健診】日時：5/29(金)、5/30(土)、6/1(月) 9:00～12:00

※6月1日(月)は子宮頸がん検診(要予約)も実施しています。ぜひご予約ください。

場所：揖斐川保健センター

【個別健診】期間：7月～12月

場所：岐阜健康管理センター大垣健診プラザ(大垣市大井3-21-9)

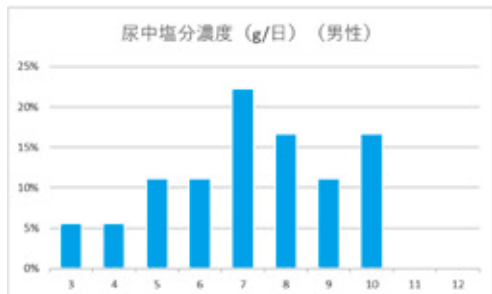
**申し込み**：揖斐川保健センターへお電話、または右記二次元コードから

**予・問** 揖斐川保健センター Tel 23-1511

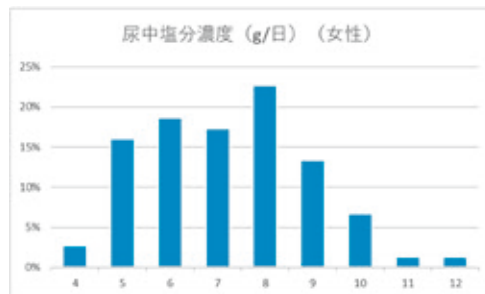


## ～去年のヤング健診結果より～

ヤング健診では、「尿中塩分濃度測定」を実施しています。この検査では、1日の推定塩分摂取量がわかります。



男性 平均 7.67 g/日 (目標値 7.5 g/日)



女性 平均 7.55 g/日 (目標値 6.5 g/日)

男女ともに尿中塩分濃度は目標値より高い!・・・塩分摂取量が多いことが予測されます。

### 塩分の摂りすぎに要注意!

塩分の摂りすぎは、高血圧や腎臓病、脳卒中、心臓病のリスクが高まります。健診を受けてご自分の健康を確認しましょう。

## 高齢者肺炎球菌予防接種の実施

**対象者：**① 65 歳誕生日の前日から 66 歳誕生日の前日までの方

② 60 歳以上 65 歳未満の方で、心臓病・腎臓病・呼吸器に重い病気のある方

**<注意>**過去に「高齢者肺炎球菌予防接種」を受けたことがある方で接種を希望される場合は、保健センターまでご相談ください。

**自己負担金：**3,500 円（医療機関へ直接、お支払いください）

## 高齢者带状疱疹予防接種の実施

予防接種法施行令の一部改正により、「高齢者の带状疱疹予防接種」が定期的な予防接種となりました。5 年間の経過措置により、令和 7 年度から令和 11 年度にかけて実施します。

**令和 8 年度の対象者（揖斐川町に住民登録がある該当年齢の希望者）**

①今年度中に 65・70・75・80・85・90・95・100 歳となる方

65 歳（昭和 36 年 4 月 2 日生～昭和 37 年 4 月 1 日生）

70 歳（昭和 31 年 4 月 2 日生～昭和 32 年 4 月 1 日生）

75 歳（昭和 26 年 4 月 2 日生～昭和 27 年 4 月 1 日生）

80 歳（昭和 21 年 4 月 2 日生～昭和 22 年 4 月 1 日生）

85 歳（昭和 16 年 4 月 2 日生～昭和 17 年 4 月 1 日生）

90 歳（昭和 11 年 4 月 2 日生～昭和 12 年 4 月 1 日生）

95 歳（昭和 6 年 4 月 2 日生～昭和 7 年 4 月 1 日生）

100 歳（大正 15 年 4 月 2 日生～昭和 2 年 4 月 1 日生）

② 60 歳以上 65 歳未満の方で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（該当する方は、事前に揖斐川保健センターへ申し出てください。）

**<注意>**過去に「高齢者带状疱疹予防接種」を受けた方は対象外です。

**接種期間：**4 月 1 日～令和 9 年 3 月 31 日まで

**自己負担金：**带状疱疹不活化ワクチン：2 か月間隔で 2 回接種 1 回あたり 7,000 円

带状疱疹生ワクチン : 1 回接種 3,000 円

（医療機関へ直接、お支払いください）



## 高齢者肺炎球菌、高齢者带状疱疹予防接種の接種場所・接種方法

**接種場所：**揖斐郡内医療機関、岐阜県広域化予防接種協力医療機関

**接種方法：**①接種希望者は、予防接種予診票を発行しますので、保健センターまでご連絡ください。

②ご自身で各医療機関に予約をし、接種をしてください。

揖斐郡以外の医療機関で接種を希望される場合は、岐阜県広域化予防接種協力医療機関であることを確認してから、接種してください。

③接種済証明書は、各自で保管をお願いします。

・生活保護世帯の方は、必ず、接種予定の 3 週間前までに揖斐川保健センターに申し出てください。

・高齢者肺炎球菌および高齢者带状疱疹予防接種は、接種義務はなく、自らの意思で接種するものです。

・接種医療機関医師の説明をよく聞いて接種をお願いいたします。