



健康ワンポイントアドバイス

介護予防サポーターとして活動しませんか

いつまでも住み慣れた地域で自分らしく生活するためには、元気なうちから介護予防に取り組むことが大切です。健康づくりや介護予防に必要な知識を身に付けながら、あなたも地域で介護予防サポーターとして活動しませんか。

介護予防サポーターとは

介護予防や健康づくりについて学び、自身の健康づくりを進めながら、介護予防の大切さを近所の人や友人に伝え、介護予防の輪を広げていただく皆さんです。地域で「あさピー☆きらり体操」を広めてもらうなど、自主的な活動をサポートしていきます。

養成講座初級編を開催します

介護予防サポーターとして活動していくために、運動器の機能向上や認知症予防、栄養バランス、口腔ケアなど、介護予防に必要な知識を学びます。

期日／10月20日(木)、27日(木)、11月10日(木)、17日(木)、24日(木)



介護予防サポーター養成講座の様子

時間／午後1時30分～3時 ※最終日のみ午後1時30分～3時20分

場所／Mado-Ka

対象／介護予防や健康づくり、ボランティア活動に興味があり、市内在住で全日程を受講できる人

定員／20名程度(先着順)

費用／無料

申込期限／10月17日(月)

旭市旭地域包括支援センター(☎62-5433・高齢者福祉課高齢者班内)

旭中央病院便り vol. 50

<http://www.hospital.asahi.chiba.jp/>

旭中央病院(☎63-8111・代表)

救急外来を受診する皆さんへ

当院は24時間365日、救急患者を診療する体制を整えていますが、休日や夜間は人手が少なく、可能な検査や処置も限られます。救急外来は通常の外来診療を行う所ではないので、一般外来との違いを理解してください。救命が最優先／緊急性が高い時は、必要な検査や手術は速やかに行います。そうでない場合は必要な診療だけを行うため、希望通りの診療ができない場合があります。緊急性の低い場合は、平日や日中の一般外来を受診してください。

重症度順に診察／受け付けの順番と診察順番が異なり、診察までに時間がかかることがあります。

当番医が診療／診察した医師が必要と判断した場合は、専門診療科による診察を行うことがあります。

処方には必要最小限／薬は症状に応じて必要最小限、緊急に処方するものに限られるため、希望の薬を処方できないことがあります。

インフルエンザワクチンの接種を始めます

期間／10月20日(木)～平成29年3月31日(金)

費用(1回)／4,320円 ※予約不要

接種回数／●13歳以上は1回 ●12歳以下は2回(2～4週間隔)

接種対象	成人	小児
受付時間	通常診療日の午前8時～11時	小児科に通院中の人は、受診時に担当医師に相談して下さい。
受付外来	内科	
その他	65歳以上の市民には、旭市の予診票が郵送されますので持参してください。届かない場合は、市健康管理課(☎63-8766)に問い合わせてください。	市内の中学生以下は、下記の日程でワクチン接種を受け付けます。期日／11月9日(水)、30日(水)、12月9日(金)、16日(金) 受付時間／午後2時～3時



親と子の健康づくり 場所・岡飯岡保健センター(☎57-3113)

種 別	期 日	受付時間	対象・内容
健康 診査	乳児健康診査	10月 3日(月)	平成28年 5月16日～6月5日生
		10月24日(月)	平成28年 6月 6日～25日生
	1歳6か月児健康診査	10月19日(水)	平成27年 2月21日～3月14日生
	2歳児歯科健康診査	10月13日(木)	平成26年 4月11日～5月3日生
		10月27日(木)	平成26年 5月 4日～20日生
	3歳児健康診査	10月14日(金)	平成25年 4月 7日～27日生
		10月21日(金)	平成25年 4月28日～5月16日生
相談	育児相談	10月12日(水)	9:00～10:00 乳幼児の発育確認、言葉、食事、歯などの相談
教室	両親学級	10月11日(火)	9:00～ 9:15 お産の経過と呼吸法、赤ちゃん抱っこ体験など
		10月28日(金)	沐浴実習、妊婦体験など
	子育て学級	10月11日(火)	9:15～ 9:30 平成28年6月11日～8月20日生の第1子と保護者 内容: ベビーマッサージや育児の情報交換など
	離乳食教室 ※申込制	10月18日(火)	9:30～ 9:45 平成28年4月～5月生 内容: 離乳食の進め方(講話、調理実習)



健康インフォメーション

新たな定期予防接種

B型肝炎ワクチンが始まります

対象／1歳未満で平成28年4月1日以降に生まれた人

接種回数／3回

費用／無料

※対象者には個別に通知しますので確認してください。

岡健康管理課予防班(☎63-8766)

高齢者インフルエンザ予防接種が始まります

対象／65歳以上の人または60～64歳で心臓などに障害のある人

助成／1,000円(期間内に実施の人)

実施期間／10月1日(土)～12月31日(土)

※対象者には個別に通知しますので確認してください。

岡健康管理課予防班(☎63-8766)

特定不妊治療費を助成しています

助成条件／●千葉県特定不妊治療費助成事業の助成決定を受けていること ●夫と妻が申請日の1年以上前から旭市に住所があり居住していること ●申請日において、市税の滞納がないこと

助成額／不妊治療に要した費用から、千葉県特定不妊治療費助成事業による助成額を引いた額の2分の1

※年額10万円を上限(平成26年4月1日以降に治療を始めたものに限る)。

岡健康管理課庶務企画班(☎63-8766)



予防接種

岡旭市保健センター(☎63-8766)

【集団接種】 場所：旭市保健センター

種 別	期 日	受付時間	対 象
B C G	10月 7日(金)	13:15～13:45	生後12か月未満
	10月28日(金)		

【個別接種】 場所：各指定医療機関

種 別	対 象
ヒブ	生後2～60か月未満
小児用肺炎球菌	生後2～60か月未満
四種混合、ポリオ	生後3～90か月未満
水痘	生後12～36か月未満
麻しん・風しん混合	1期：生後12～24か月未満 2期：平成22年4月2日～23年4月1日生
日本脳炎	1期：生後6～90か月未満 2期：9～13歳未満 特例対象：平成19年4月1日以前生まれの20歳未満で、接種を完了していない人
三種混合	生後3～90か月未満 ※要事前問い合わせ
高齢者肺炎球菌	65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の人、60～64歳で心臓などに障害のある人 ※4月2日(土)～平成29年4月1日(土)に対象年齢になる未接種者に3,000円を助成(助成は1回限り)。助成期間は平成29年3月31日(金)までです。
高齢者インフルエンザ	65歳以上の人、60～64歳で心臓などに障害のある人 ※1,000円を助成(12月末まで)