

# 7月の保健行事

## 7月の当番医

7月12日 片山医院 ☎ 854-0252      8月2日 豊田レディースクリニック ☎ 855-1913  
 7月19日 梶山医院 ☎ 854-2771      8月9日 大瀬戸内科 ☎ 854-8585  
 7月26日 おかだ眼科 ☎ 855-6633

※電話番号、特に局番をよくお確かめのうえ、おかけください。  
 ※急な当番医の変更があった場合は記載と異なることがありますのでご了承ください。

行事	月日等	場所	時間	内容
乳児健診	6日(月)	中央地域健康センター	(受付時間)	平成21年1月1日～4月30日生まれの人が対象です。(通知します)
	13日(月)	西部地域健康センター	13:00～13:30	
両親学級	12日(日)	中央地域健康センター	10:30～12:15	沐浴実習や妊婦体験を行います。 ※「平成21年度保健事業計画表」の会場を変更しています。ご注意ください。
すくすくクラブ (育児相談)	21日(火)	町民会館	10:00～11:30	保健師等による乳幼児の身体測定、母乳やミルク、離乳食などの栄養相談、発育発達や子育て等の相談に応じます。
	24日(金)	東部地域健康センター		
	8月5日(水)	中央ふれあい館	13:30～15:00	
	8月12日(水)	西部地域健康センター	10:00～11:30	
スマイルキッズ。 (要予約)	24日(金)	中央地域健康センター	11:00～15:00	そうめん流し・入浴体験
	31日(金)	県立リハビリテーションセンター	13:00～15:30	プール教室(現地集合)変更あり
	8月7日(金)	中央地域健康センター	11:00～15:00	カレー大会・入浴体験
	8月11日(火)	県立リハビリテーションセンター	13:00～15:30	プール教室(現地集合)変更あり
健康相談	24日(金)	東部地域健康センター	13:30～15:00	血压測定、検尿、母子健康手帳の交付のほか、保健師や栄養士が個別に健康相談に応じます。(健康手帳をお持ちの人は、ご持参ください)
	8月5日(水)	中央ふれあい館	10:00～11:30	
親子ハッピー教室	8月3日(月)	町民会館	(受付時間) 10:00～10:15 (実施時間) 10:15～11:15	離乳食の終わり～幼児食の話、歌や手遊び、歯磨きのコツ等 (対象)10ヵ月～1歳3ヵ月頃の子どもと保護者。(持参物)歯ブラシ
マザークラス	8月6日(木)	中央地域健康センター	13:30～15:00	歯科医による歯科検診(無料)や相談、お口の衛生について学びます。(持参物)歯ブラシ



# もの忘れが気になりませんか



年齢を重ねるうちに「もの忘れが増えてきたな」と思う人は多いと思います。その多くは、自然な老化による単なる「もの忘れ」で、誰にでも起こりえます。一方、「認知症」は病気で、単なる「もの忘れ」とは違います。

体験したことの一部を忘れる  
 何食べたっけ?  
**単なる物忘れ**

体験したことの全てを忘れる  
 昼ご飯? 食べた?  
**認知症の物忘れ**

●最近、こんなことが気になりませんか  
 ・同じことを何度も言ったり聞いたりする  
 ・物の名前が出てこない

・置忘れやしまい忘れが目立つ  
 ・時間や場所の感覚が不確かになった  
 ・病院からもらった薬の管理ができない  
 ・以前はあった関心や興味がなくなった  
 ・些細なことで怒りっぽくなった

●早期発見が大切  
 ●治る認知症もある  
 さまざまな病気により起こる認知症の中には、原因となる病気を適切に治療すれば症状が治る、若しくは軽減出来るものもあります。

●症状の進行を遅らせることができる  
 アルツハイマー型認知症

●本人や家族に余裕が生まれる  
 早い時期に診断を受けられれば、本人にとっては病気が進んだときに、「どのように入念して欲しいか」「財産をどのように処分したいか」など、自分の意志を、はっきり示しておくことができます。家族も、認知症やサービスについての知識を早めに持つことで、余裕のある対応が可能になります。

●いきいき生活で認知症予防  
 ●自分のことは自分で  
 何でも人任せにせず、出来ることは自分でしましょう。脳は使わないと衰えます。

●人付き合いを大切に  
 人と交流すると脳は活発に働きます。  
 ●新しいことにもチャレンジ  
 同じことの繰り返しでは、脳は衰えます。  
 ●お散歩しましょう  
 適度な有酸素運動は脳の血流を良くします。  
 ●野菜や果物、魚を多く食べましょう  
 野菜や果物に含まれるビタミンC、E、カロテンなどの抗酸化物質や青魚に含まれるドコサヘキサエン酸等は認知症予防に効果的と考えられています。  
 出来ることから始めてみましょう。  
 認知症に関する相談は、健康課、熊野町地域包括支援センター(福祉課)でお受けしています。



☎健康課 ☎855・1755

## 日本脳炎 予防接種について

新たに承認された「乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン」が、定期の第1期予防接種に使用するワクチンに規定されました。  
 「乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン」は、第2回目の追加免疫以降の有効性、安全性が確立されていないとの留意点を受け、第1期予防接種に使用するワクチンとして位置づけるものです。

## 被爆二世健診のお知らせ

●両親のいずれかが原爆被爆者手帳の保持者である人  
 ・広島被爆：昭和21年6月1日以降に生まれた人  
 ・長崎被爆：昭和21年6月4日以降に生まれた人  
 申込期間：7月1日(水)～平成22年1月15日(金)  
 実施期間：7月13日(月)～平成22年2月27日(土)  
 ※精密検査については、平成22年3月10日(水)まで無料  
 ※詳しくは、各施設にあるリーフレットをご覧ください。

## 積極的勧奨に関して

「乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン」、「日本脳炎ワクチン」ともに、接種における積極的な勧奨は差し控えること、また、その影響によって接種の機会を逃した人に対して、平成22年度以降に、ある程度の期間、経過措置を実施できるよう検討されています。

**講演会情報!** 「もっと知ろう、認知症!」 ☎福祉課 ☎820-5605  
 RCCラジオなどでおなじみ、フリーアナウンサーの世良洋子さんをお招きして、講演会を行います。認知症のお母さんを介護し看取った自らの経験を基に、認知症の人とその家族、そして地域とのつながりについてご講演いただきます。ユーモアを交えながら、そして涙あり(?)のお話を、是非お聞きください。  
 時 8月1日(土) 13:30～15:00 所 町民会館(詳しくは、後日チラシ等でお知らせします)  
 この講演会は、今年度町が実施する「認知症にやさしい地域づくり支援事業」の一環として開催します。「認知症」をもっと理解して、みんなで住みよい町を作りましょう。

☎健康課 ☎855・1755

☎県庁被爆者対策課 ☎513・健康課 ☎855・1755