

### 9月15日は

#### 敬老会におこしく下さい

9月15日は敬老の日です。今年も長寿を祝い、次のとおり敬老会を開催します。

とき 9月15日祝

午前10時半～正午

ところ 町民会館

対象者

町内在住(8月1日現在で9月30日までに満80歳以上になる人(大正10年9月30日以前に生まれた人)。

内容

式典・アトラクション・高齢者による歌など

問合せ先

福祉課 820 5605

#### 「8020」達成者の表彰について

安芸地区歯科衛生士連絡協議会では町内在住で満80歳の人のうち、20本以上の歯を有している人を11月8日(いい歯の日)に表彰します。

自薦・他薦を問いません。

対象者

町内在住で、満80歳(大正9年10月1日～10年9月30日

生まれ)の人のうち、20本以上自分の歯を有している人

推薦の締切 9月30日

選考方法 町内歯科医療機関

において審査後、安芸地区歯科衛生士連絡協議会にて表彰者を決定します。該当と思われる人は、町内の歯科医療機関でご相談ください。

(健康課 855 1755)

税関では、お預かりしている次の通貨、証券などをお返しいしていただきます。

#### 終戦当時の引揚者の皆様へ

終戦時に外地から引き揚げてこられた方々が、上陸港の税関などに預けられた通貨、証券など

外地の集結地において、総領事館などに預けられた証券などのうち、日本に送還されたもの

返還の申し出は、ご本人のほか、家族でもできます。

お心当たりの方は、上陸港を所轄する税関又は広島税関支費 256 3250へお問い合わせください。(福祉課)

#### 赤十字救急法講習会

開催

とき 10月11日(水)・12日(木) 18日(土)・19日(日)

午前9時～午後4時(4日間)

ところ 町民会館

募集人数 30人

費用 3千円(教本・教材 セット・消耗品等)

講義内容

赤十字救急法について

心肺蘇生法について

傷の種類と止血の仕方

包帯の巻き方

骨折・脱臼・捻挫等の応急手当

急病

疾病者の運び方

救護

受講資格 満15歳以上

全日程受講者「救急法救急員養成講習受講証」交付

検定 学科・実技

持参品 筆記用具・教材費

服装 運動のできる服装

(トレーニングウェア等)

申込期間 9月18日(水)～28日(金)

854 1103

(生活環境課)

海田地区消防署熊野出張所

主催 熊野町社会福祉協議会  
問合せ・申込み先 社会福祉協議会(町民会館内) 855 2855

#### 命を救う応急手当

人体の組織や臓器は、血流の低下や停止による低酸素及び無酸素に弱く、特に脳は、わずか3～4分間の血流停止でも回復することが困難になることが知られています。そのため、心肺機能が停止した傷病者に対して、適切な心肺蘇生法を実施しないと、たとえ心拍や呼吸を回復させることができても、社会復帰させることは極めて難しいとされています。

そこで、海田地区消防署では、住民を対象とした応急手当の講習会を随時、実施してまいります。お気軽にお問い合わせください。

申込み・問合せ 海田地区消防署熊野出張所

854 1103

(生活環境課)

#### くわしい年金知識 (24)

国民年金保険料は、納期限までに納めましょう。

未納のままにしておきますと、万一事故の場合、各種年金給付を受けられなくなり、老後の保障等がなくなることもあります。保険料は、必ず期日までに納めましょう。

納めることができない場合はご相談ください。

(住民課保険年金係 820 5604)

#### 国民健康保険証を郵送します

今お持ちの国民健康保険証の有効期限は、9月30日です。

9月下旬に新しい保険証を郵送します。10月1日以後は新しい保険証で受診してください。

尚、学、遠の保険証交付世帯及び前年度以前に保険税の滞納のある世帯には別途通知しますので、指定された日においでください。

(住民課保険年金係 820 5604)

# 9月の保健行事

## 9月の当番医

9月2日 宗盛医院 TEL854 - 1111	9月23日 片山医院 TEL854 - 0252
9月9日 酒井医院 TEL855 - 2629	9月30日 梶山医院 TEL854 - 2771
9月16日 西光寺医院 TEL854 - 0333	10月7日 豊田レディースクリニック TEL855 - 1913

電話番号、特に局番をよく確かめておかけください。

行 事	月 日 等	場 所	時 間	内 容
健 康 相 談	3日(月)・10月1日(月)	東 公 民 館	10:00～11:30	妊娠・生活習慣病予防などの相談に応じ、血圧測定、検尿・健康体操を行います。母子健康手帳の交付等を行います。
	10日(月)	西 公 民 館		
	12日(水)	新宮老人集会所	13:30～15:00	
	17日(月)	西 公 民 館	10:00～11:30	
	19日(水)	城之堀老人集会所	13:30～15:00	
	26日(水)	町 民 会 館	10:00～11:30	
すくすくクラブ ( 育 児 相 談 )	3日(月)・10月1日(月)	東 公 民 館	13:30～15:00	乳幼児の身体測定、子育て・発達、栄養(離乳食)等の相談に応じます。
	10日(月)	西 公 民 館		
	17日(月)			
生 活 習 慣 病 予 防 教 室	21日(金)	西 公 民 館	13:30～15:00	食生活を見直そう!( )
	28日(金)		10:00～13:30	食生活を見直そう!( ) (調理実習) 申込必要: 9月27日(木)まで(電話申込可)
	10月2日(火)		13:30～15:00	運動習慣を身につけよう!
マスカット・キッズ	14日(金)	町 民 会 館	10:00～11:30	双子・三つ子ちゃんの集いの場です。いっぱい話しましょう!
ニコニコ教室	13日(木)	町 民 会 館	13:30～15:00	肥満・糖尿病予防のための教室。調理法の工夫について
3 歳 児 健 康 診 査	18日(火)	町 民 会 館	受付時間	平成10年5月1日生まれから平成10年8月31日生まれの幼児対象(個人通知あり)
	20日(木)	西 公 民 館	13:30～13:45	
ふれあい広場	25日(火)	西 公 民 館	10:00～11:30	遊びを通して親と子のふれあいを深め友達をつくりましょう!
予 防 接 種 ポ リ オ	10月4日(木)	西 公 民 館	受付時間 13:15～14:00	投与前後1時間は、飲食を控えましょう。 春・秋1回ずつ投与を受けます。 対象:生後3ヵ月～90ヶ月の乳幼児
	10月5日(金)	町 民 会 館	受付時間 13:30～14:00	

## 保健婦だより

### 健診結果を生活に生かそう!

町では、7月の終わりに基本健康診査を始めとする各種検診を実施し、約1,900人が受診されました。最近、職場での健診や人間ドック等が普及し、健診の結果を知る機会が増えていますが、あなたは、どうしていますか?

を健康づくりに生かしてください。

### 健診はあなたを守る「転ばぬ先の杖」

健診がいかにも有効だとしても結果をよく読まず、放置していたら健康には何ら効果はありません。健診を受けることは、健康を医療機関任せにすることではありません。生活の見直しを行い必要に応じて生活習慣を変える、精密検査が必要であれば必ず受診するということが、大切になります。「自分の健康は自分で守る」という意識を持ち、健診結果

### 「異常なし」を過信しない

「異常なし」とは、健診の時点で特に異常を認めなかったという意味です。長期的に健康が保証されているのではなく、不摂生を続けていると、いずれは異常値になるので注意が必要です。

### 健診結果を見てもよくわからない場合は…

かかりつけの医師がある場合は、健診結果を治療の参考にしてもらい、生活のアドバイスを受けましょう。町では、健康相談の場で生活のアドバイスをしています。また、健康教室もいろいろ実施していますのでお気軽にご利用ください。(保健行事を参照してください)

(健康課)