



健康づくり ▶ 保健センター

●健康手帳の交付

健康診査の記録や健康の保持のために必要な事項を記載し、自己の健康管理と適切な医療の確保に役立たせることを目的に交付しています。

交付：40歳以上の方

●健康相談

こころとからだの健康相談、栄養相談など保健師や管理栄養士が相談に応じます。栄養相談は予約制です。

●健康づくり健（検）診

健（検）診を受け、ご自身の健康管理に役立ててください。

健（検）診	対象	内容
特定健康診査	詳しくは国民健康保険・年金のページへ	
胃がん検診	30歳以上の方	胃部X線検査
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 (2年に1回)	内診、 子宮頸部の細胞診
乳がん検診	40歳以上の女性 (2年に1回)	視触診、 マンモグラフィ
前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査 (PSA検査)
骨粗しょう症検診	40、45、50、55、 60、65、70歳の女性	X線による 前腕骨の骨塩量測定
歯周病検診	40、50、60、70歳の方	歯科診察、 ブラッシング指導
大腸がん検診	40歳以上の方	便潜血検査免疫法
胸部検診	40歳以上の方	胸部X線撮影 必要に応じて喀痰細胞診
肝炎ウイルス検診	40歳以上で今までに 受けたことがない方	血液検査 (B型、C型 肝炎ウイルス検査)

●健康長寿プロジェクト

生活習慣改善のためのきっかけづくりができるような運動や栄養に関する講座などの提供をします。

- 健康長寿講座 (栄養・運動・こころの健康など)
- 毎日一万歩運動、プラス1000歩運動
- バランスアップ食事運動教室
- 健康づくりマイレージ事業

●家庭訪問

健康づくりや検診結果のお話など、保健師が家庭訪問し相談に応じます。

●高齢者の予防接種

予防接種の種類	対象	回数
高齢者インフルエンザ	接種日当日65歳以上の方など	実施期間内に1回接種
高齢者肺炎球菌 (定期)	該当年度に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる方など	1回 ※既に肺炎球菌ワクチンを接種したことがある方は対象外
高齢者肺炎球菌 (任意)	定期接種対象者以外の66歳以上の方	

※各予防接種の対象には、その他要件があります。保健センターへお問い合わせください。

●健康づくり協力員活動

地域の健康づくりを進めるリーダーとして各地区から選出され、保健センターとともに町民の皆さんの健康を支えるために活動をしています。

●献血

献血は身近なボランティアです。ご協力をお願いします。日程は広報などでお知らせします。

●骨髄移植ドナー助成事業

公益財団法人日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業において骨髄・末梢血幹細胞の提供を完了した方で、他の助成金等の交付を受けていない方が対象です。骨髄等の提供にかかる通院または入院の日数1日につき2万円、1回の骨髄移植等の提供につき14万円 (7日) を限度として助成します。

●ソーシャルクラブ

こころの病気で治療中の方が自立と社会参加をはかるための、グループ活動を実施しています。

●家族のつどい

こころの病気をお持ちの方の家族が交流をはかる場所を提供しています。

高齢者の総合相談・支援 ▶ 地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、地域で暮らすみなさんをさまざまな面から総合的に支えるため、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員の3職種がチームとなり、各専門職と連携を取りながら高齢者のみなさんの支援を行っています。

1 なんでもご相談ください!

生活の中で困っていることや心配なことがあったら、何でもご相談ください。

2 いつまでも元気で過ごせるようサービスを提供します!

●一般介護予防事業

■元気がいき体操教室

高齢者の方がいつまでも元気で暮らせるよう運動や栄養などの教室を実施しています。

■運動サポーター養成講座

地域で介護予防に取り組める運動サポーターの養成をしています。体操教室や地域サロンなどで体操を指導しています。

■運動サポーターフォローアップ研修

運動サポーター養成講座を修了した運動サポーターを対象に、サポーターとしての心構えや運動メニューなどの復習ができる機会を設けています。

■リフレッシュ体操教室

運動サポーターが中心に実施している体操教室で、ボール体操やエンカサイズ、自宅にあるものを使った運動を行います。

■高齢者訪問

ひとり暮らしの高齢者などの訪問を実施しています。日常生活の様子についてお話を聞きながら健康相談に応じます。

●任意事業

■認知症サポーター養成講座

認知症に対する正しい理解と、認知症の方へのよりよい接し方を多くの人に知ってもらうため、認知症サポーター養成講座を開催しています。

■介護者家族のつどい

介護者の家族の皆さんを対象に、介護者の家族の皆さん同士の交流や情報交換の場として実施しています。

3 自立できるように支援します!

●総合事業：いきいき元気体操教室 (通所型サービスC)

状態の改善と悪化の予防を目的としたサービスです。できないことを補助するだけでなく、利用者本人のできることを増やし、いきいきとした生活を送れるよう支援します。

基本チェックリスト該当者を対象に運動、栄養、口腔の分野を複合的に実施する体操教室です。

●介護予防支援

要支援1・2と判定された方に、介護予防ケアプランを作成し、安心して介護予防サービスを利用できるよう支援します。

4 みなさんの権利を守ります!

■成年後見制度

頼れる家族がおらず、お金の管理や契約などに不安があるときや判断することが難しくなったときに利用できる制度です。

■消費者被害

悪質な詐欺商法や消費者金融といった被害から高齢者の皆さんを守るよう支援します。

■高齢者虐待

虐待の早期発見や把握に努め対応します。

5 さまざまな方面からみなさんを支えます!

地域包括支援センターから支援の輪を広げられるよう、他機関との連携やネットワークづくりをしています。

■認知症高齢者等SOSネットワーク事業

徘徊の恐れのある高齢者の登録をいただき、行方不明になった場合、早期発見に努めるネットワークづくりです。

■要介護者見守り支援ネットワーク事業

協定を締結した事業者のネットワークを通して要介護者およびご家族の支援をします。