

健康・福祉

高齢者（65歳以上）の障害者控除について

介護保険制度で要介護に認定された65歳以上の人および扶養者は、確定申告などで障害者控除を受けることができます。介護認定の審査や判定資料を確認し、要介護1～3の人は「障害者」、4・5の人は「特別障害者」として、健康福祉課で「障害者控除対象者認定書」を交付します。必要な人は介護保険被保険者証を持参ください。

問合せ 健康福祉課（ 766 - 0001 ）

嘱託保健師・看護師の募集

募集人員 1人 **資格** 昭和28年4月1日以降生まれで、保健師または看護師免許を所持する人
雇用期間 平成16年3月～同17年3月（予定） **勤務場所** 保健センター **職務内容** 保健衛生業務（保健指導・相談）など **賃金** 保健師＝月額180,900円・看護師＝月額163,600円 **その他** 期末勤勉手当、交通費など町規定に基づき支給 **申込・問合せ** 2月28日までに市販の履歴書に記入し、写真と保健師または看護師免許の写し

を添付の上、保健センター（ 766 - 1000 ）

生活習慣病の予防

～毎日の心がけが予防の一步～

毎年2月1日から同7日までは生活習慣病予防週間です。予防のために次のことに気を付けましょう。

栄養・食生活＝色々な栄養素を腹8分目に食事をしよう 身体活動・運動＝今よりあと1000歩、歩数を増やそう 休養・こころの健康づくり＝睡眠不足をなくそう たばこ＝健康への悪影響を考え、減らそう、やめよう アルコール＝1日1合を目安に休肝日もつくろう 歯の健康＝80歳で自分の歯を20本以上持とう 糖尿病＝自分の適正体重「[身長（m）]2乗×22」を知り、維持しよう 循環器病＝塩分を控えよう がん予防＝毎日果物（りんご1個程度）を食べ、年に1度はがん検診を受けよう

問合せ 保健センター（ 766 - 1000 ）

平成16年度兵庫県いなみ野学園 地域活動指導者養成講座（2年制）の学生募集

入学資格 おおむね58歳以上の県内在住者で、地域活動に意欲のある人 将来活動しようとする団

体の長（自治会・老人クラブ・地域婦人会・青少年団体・ボランティア団体などの代表）と町長の推薦を受けた人 **学習年限** 2年 **募集人数** 150人（健康係45人、福祉係45人、地域活動係60人） **願書配付・受付** 健康福祉課 **募集期限** 2月10日 **問合せ** 兵庫県いなみ野学園（〒675 - 0188 加古川市平岡町新在家902 - 3（0794 - 24 - 3342、FAX 0794 - 24 - 3475）

パソコン教室の受講者

とき かめさん教室＝2月16・23日（内容＝ゆっくり進める初心

者入門教室）こあら教室＝3月1・8日（内容＝託児希望者優先の初心者向け教室）うしさん教室＝3月15・22日（内容＝かめさん教室受講修了者向け教室、デジカメを使って写真入りカードづくり）いずれも午前10時～正午 **ところ** とも木津総合会館 **募集人数** 各コース6人（初めて受講する人を優先し、応募多数の場合抽選） **受講料** 無料（教材費は実費100円程度） **申込・問合せ** 2月2日～同6日に電話で木津総合会館（ 768 - 0217 ）

ゆうあいセンターからのお知らせ

家族介護教室

自宅で高齢者を介護している家族、介護に興味のある住民の方を対象に、介護の基礎について研修を行います。

とき 2月21日（土）午後1時～同3時 **ところ** ゆうあいセンター **内容** 介護技術の基礎研修「体の清潔保持・排泄介助について」 **講師** 岡本志吹さん（看護師） **定員** 20人程度 **受講料** 無料

問い合わせは、ゆうあいセンター（ 766 - 1200 ）へ。

食生活改善のための講演会

地域で生活する高齢者およびその家族の方を対象に講演会を開催します。

とき 2月28日（土）午後1時30分～同3時 **ところ** ゆうあいセンター **内容** 肥満と運動療法 **講師** 徳田善紀さん（市立川西病院リハビリテーション科理学療法士） **定員** 20人程度 **受講料** 無料



保健だより



	種 別	とき・受付時間	と ころ	内 容
予 防 接 種 及 び 乳 幼 児 ・ 妊 婦 検 診 関 係	結 核 ツベルクリン反応	23日（月）13:30～14:00	保健センター	生後3～48カ月児
	麻疹 予防接種・BCG	25日（水）13:30～14:00		23日のツベルクリン接種者が対象
	三種混合 （ジフテリ、百日ぜき、 破傷風）	年鑑を照して実施 各医療機関の指定時間	指定医療機関 （年鑑予定表に掲載）	1期初回＝生後3～12カ月児（3回） 1期追加＝1期初回終了後12～48カ月の間に1回
	麻疹			生後12～90カ月児
	風しん			風しんは麻疹の接種後に実施 1期初回＝3～5歳までの幼児 1期追加＝4歳～90カ月児 2期＝9～12歳 3期＝14～15歳
	日本脳炎			
	3・4カ月児健康診査	18日（水）13:15～14:15	保健センター	H15.8.18～H15.11.3生まれ 身体計測、診察、離乳食のつくり方など
	3歳児健康診査	19日（木）13:00～14:00		H12.12.1～H13.1.15生まれ 身体計測、診察、歯科検診、検尿など
	妊娠中級	4日（水）・10日（火）・20日（水） 13:15～13:30		1日目 妊娠中・分娩の心構え、妊婦体操 2日目 育児に関する心構え、沐浴指導 先輩ママを連れて 3日目 歯の健康について、栄養について 血圧測定、尿検査、血液検査（貧血、血液型、 B型肝炎ウイルス検査、梅毒反応検査） （申込必要）
	妊婦検診	13日（金）13:30～15:00		
	子宮頸がん検診	20日（金）13:00～15:00		30歳以上の女性（各1,000円）、定員50人 スミアテスト、マンモグラフィ、骨密度測定 （申込必要）
生 活 習 慣 病 検 診 関 係	乳がん検診	月曜～木曜 8:00～17:00 金曜 8:00～12:00	保健センターで岩盤を受け取り後日郵出を	30歳以上(500円)
	骨粗しょう症検診	13日（金）13:30～15:00		血圧測定、尿検査、生活指導など 電話相談も可 肝臓ウイルス検査（1,000円）（申込必要） 検尿や心の悩みなどに専門医が応じます （申込必要）
	大腸がん検診	20日（木）13:30～15:00		
	健康相談			
機 能 訓 練	リハビリ教室（成人）	3・10・17・24日（火） 10:00～12:00	ゆうあいセンター （17日のみふるさと館）	介護保険の対象外で、嚥下訓練等を必要とする人 （申込必要）申込・問合せはゆうあいセンター （☎766・1200）へ
		5・12・19・26日（木） 13:00～15:00		

定員のあるものは、定員になり次第締切ります。申し込み・問い合わせは保健センター（☎766～1000・FAX766～4414）へ。

すばらしい思はず握る雪の球
時田等枝（内馬場）

ためらわず大筆で書く初硯
小西和子（清水）

夫と居て湯気が遮るなずな粥
今仲福子（笹尾）

堰ごとに青鷺の立つ淑気かな
重定克則（松尾台）

志摩の海いま陽が昇る初景色
櫻井靖夫（伏見台）

ゆっくりと言葉選びて初日記
大笠美登里（白金）

追羽根や憂きこと遠く打ち返す
泉谷美智子（林田）

俳句（順不同）

文芸



相談あれこれ



相談名		とき・ところ	内 容
法律相談 766 - 8707		16日(月)13:30～16:30 日生住民センター	相続・離婚など民事トラブル(要電話予約、先着6人まで)
行政相談 766 - 8707		16日(月)13:30～16:00 日生住民センター (野路宅にて随時相談可 766 - 0753)	国・県・町に対する苦情や要望など
人権相談 768 - 0217		12日(木)13:00～16:00 役場会議室	日常生活での不当な差別など
年金相談 766 - 8700		18日(水)9:00～12:00 役場相談室	各種年金についての相談など
介護相談 765 - 2225		第2土曜日9:00～17:00 天河草子	電話相談・来所とも可（訪問相談希望者は、電話要予約を）
心配ごと相談 766 - 8701		3日(火)社会福祉会館 10日(火)日生住民センター 17日(火)木津総合会館 24日(火)社会福祉会館 10:00～12:00	老人の悩みや生活困窮など福祉に関すること
身体障害者相談 766 - 8701		26日(木)13:30～15:30 社会福祉会館	障害者の日頃の悩みなど
母子相談 766 - 8701		26日(木)13:30～16:00 日生住民センター 電話相談（9:00～17:00） 阪神北泉民局 0797-83-3143	母子家庭の悩みなど 母子相談日に都合の悪い人は電話相談を
子育て支援あれこれ	猪名川 保育園	子育て支援相談 第2・4木曜日13:00～16:00 766 - 0292	電話相談・来園とも可、来園の場合は電話予約を
		お誕生会に遊びに来ませんか？ 遊戯室開放(4歳児と遊ぶ)	10日10:00～11:00 19日10:00～11:00
	星児園 七夕	育児相談 765 - 0880 月～金10:00～15:00 ほしのこ広場(施設開放) あそびの広場(体験保育)	アドバイザーによる保育と育児の相談 13・27日10:00～11:00 23日10:30～11:15
		子育て 学習センター	子育ていろいろ相談 766 - 7800 月～金9:00～17:00
教育相談	教 育 相談室	火曜日13:00～17:00 水曜日 9:00～13:00 教育研究所相談室 (松尾台小学校内)	学校・日常生活や学業・進路の悩み、心と身体に関する悩みなど
	ホット ライン	月～金9:00～17:00 電話相談 765 - 2065	
消費生活相談 766 - 1110		水曜日 役場相談室 月曜日 日生住民センター 各13:00～17:00	悪徳商法などのトラブル防止
農業者年金相談 766 - 8709		2日(月)10:00～12:00 役場相談室	農業者年金の加入・受給について
農地流動化相談 766 - 8709		9日(月)、16日(月) 10:00～12:00役場相談室	農業規模拡大や農地の貸し借りなど
Life Support Consultation 外国人生活支援相談 766 - 8707		Every 3rd Monday 13:00～16:00 Town Hall Consultation room 1 (1F)	Support Consultation for your daily life (Please call us till 2nd Monday.)