



**＊自己紹介＊**  
この4月より新冠町役場の保健師として勤務する土井久美（どい くみ）です。  
私は18年前に栗山町から新冠町に来ました。平成9年から13年までの4年間、新冠町保健師として働き、その後、結婚を機に退職し、家事や育児に専念してきました。退職後は、3人の子どもに恵まれ、子育ての楽しみを感じる反面、思うようにいかないこと、悩むこともたくさんあり、子育ての大変さも経験してきました。  
現在、子どもたちは、小学生・中学生となり、時間的な余裕が少しできたことから、これまでの経験を生かしながら、子育てを頑張るお母さんの相談相手になったり、地域の方々の健康増進のサポートをする仕事をしたいと思い、再び、保健師として働くことを決意しました。

新しい職員の紹介  
**保健師 土井 久美**



# けんこうガイド

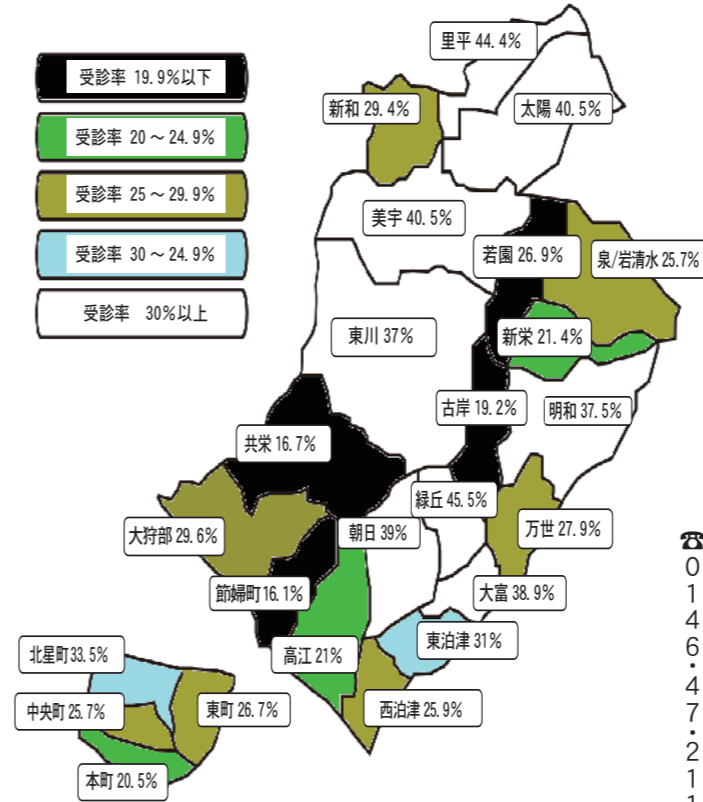
体のメンテナンスしてますか？

## 受けよう！特定健診・がん検診

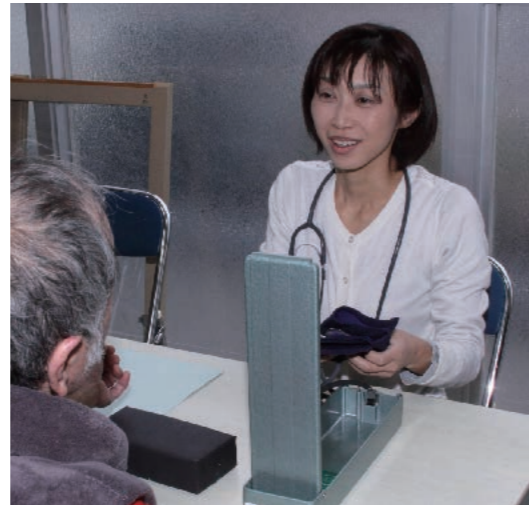
皆さんは、特定健診・がん検診を受けていますか？  
生活習慣病の多くは進行するまで自覚症状はありません。「自分は大丈夫」と思っているうちに異常が進行していることもあります。  
生活習慣病は進行してから健康を取り戻すまでの道のりはとても大変なものです。年に一度、健診で病気の発症リスクを早期発見し、日頃から生活習慣の改善に努力していれば、健康までの道のりもスムーズになります。

特定健診対象者の方には5月下旬に受診券を送付いたします。年に一度の健診で、健康づくりを始めましょう。  
40歳以上で特定健診を受けた方（国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者）には、新冠町指定ゴミ袋（大10枚入り）を進呈しています。  
また、国民健康保険加入者で、職場などで健診を受診された方は、健診結果を保健福祉課窓口までお持ちいただければ、ゴミ袋を進呈します。

### 平成26年度地区別受診率（国保加入）



保健福祉課保健福祉グループ健康推進係  
☎0146・47・2113



**＊これからの抱負＊**  
今年度は、主に、がん検診や健康教育事業などの成人保健を担当させていただくことになりました。  
この健康教育事業には、平成24年度から毎年実施されている「からだリセット講座」があります。運動不足が気になる方やお腹周りが気になる方は、ぜひ参加していただきたいと思えます。また、他にも、健康推進係では、各種健康教育事業を行っておりますので、気軽に参加していただきたいと思えます。

4月からは、新たな出発となりますが、地域にもどろん足を運び、皆さんの身近な保健師となるよう頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願ひします。

●問い合わせ先  
保健福祉課保健福祉グループ健康推進係  
☎0146・47・2113

## 介護ワンポイントアドバイス ①56

### 介護支援係からのお知らせ 「高齢者ニーズ調査の結果①」



昨年度、65歳以上の方を対象に実施した「高齢者ニーズ調査」が、854名の方にご回答いただき終了しました。多くの方に協力いただきありがとうございました。  
このコーナーでは、ニーズ調査の内容とその結果について、5回に分けてお知らせします。

**【質問項目① 家族や生活状況】**  
家族構成や現在の介護の必要性についてお聞きしました。  
家族構成では、一人暮らしや、お年寄り夫婦のみの世帯が6割近くを占めました。これらの方々の中には、家族が近くにいない、近所づきあいがないなど、困ったときに頼れる人がいない方が数多くいる事がわかりました。このことから、緊急通報システムの設置や、地域での見守りなど、異変に早期に気付く、対応できるような体制作りを行う必要があると考えています。

**☆緊急通報システムとは？**  
緊急通報システム端末を電話機に取り付けることで、急病または事故などの緊急時に、ボタンを押すだけで消防署に連絡ができるシステムです。  
利用対象者は、ひとり暮らしの高齢者や重度の障害者世帯、高齢者夫婦世帯です。機械の貸し出しと設置については無料で、電話の通話料は自己負担となります。

●保健福祉課保健福祉グループ介護支援係  
1046・47・2113（直通）  
介護のことは、お気軽にご相談ください。  
介護支援係 仙波 明子

6月				5月				月日	時間	事業名	場所
23日(火)	17日(水)	13日(土)	12日(金)	29日(金)	26日(火)	25日(月)	22日(金)				
13時00分～15時00分	9時45分～11時00分	10時30分～12時00分	7時30分～9時00分	13時00分～15時00分	13時00分～15時00分	13時00分～15時00分	10時00分～12時00分	13時00分～15時00分	13時00分～15時00分	BCG予防接種	保健センター
1歳6カ月・3歳児健康診査	4・7・12ヶ月児健康診査	フツ素塗布	特定健診 胃がん検診 肺がん検診 前立腺がん検診	離乳食教室	健康相談・介護相談	脳の元気アップ教室	脳の元気アップ教室	脳の元気アップ教室	脳の元気アップ教室	フツ素塗布	保健センター
保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	新冠憩いの家	共栄生活館	節婦生活館	保健センター	太陽開拓婦人ホーム	保健センター	保健センター