

こんにち

地域包括支援センターです

地域包括支援センターは、町で暮らす高齢者の皆さんを、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から総合的に支えるため、平成18年度に保健センター内に設置されました。皆さんがいつまでも健やかに住み慣れた町で生活していけるよう、それぞれの専門分野の職員が協力し合い業務を行っています。

最近、こんなことを思うことはありませんか？

■介護保険のサービスを利用したいけど、どこに相談したらいいんだろう？

■最近、親の物忘れが進んでいるようで心配です。

■近所の高齢者で気になる人がいるけど、どうしたらいいの？

■いつまでも元気で過ごすために介護予防に取り組みたい。

このようなさまざまな相談や介護予防教室を行うところが「地域包括支援センター」です。

また、相談内容に適した情報提供や助言、専門機関への調整なども行いますので、困っていることや、心配なことがあれば、まずはご連絡ください。

現在、地域包括支援センターには社会福祉士、保健師などの職員がおり仕事をしています。相談を受けるだけでなく、体調の確認や最近の様子を伺いに家庭訪問も行っています。

■**岡町地域包括支援センター**
(保健センター内) ☎66・2111
1 内線155、170)

熱中症にご注意を！

- ★のどが渴いたと感じたらすぐ水分補給！
- ★のどが渴かなくてもこまめに水分補給！
- ★外に出るときは体をしめつけられない涼しい服装で、日よけ対策もしっかり！
- ★無理をせず、適度に休憩を！
- ★家の中でも油断しないで！

ご相談ください

身体障がい者相談員
知的障がい者相談員

町は障がいを抱える方々のさまざまな相談に対応するため、身近な地域の相談員として、身体障がい者相談員、知的障がい者相談員を任命しています。お気軽にご相談ください。



身体障がい者相談員
服部正仁さん (下町)
☎66-2520



知的障がい者相談員
長岡啓子さん (田子)
☎66-2602

「4種混合ワクチン」に関するお知らせ

国が今年11月の導入を目指している「4種混合ワクチン」は、これまで実施されてきた「3種混合(ジフテリア、百日せき、破傷風)ワクチン」に、「不活化ポリオワクチン」が追加されたワクチンです。

このことにより、従来は3種混合ワクチンを4回、ポリオワクチンを2回、計6回接種する必要がありましたが、4種混合ワクチンは、計4回の接種で完了します。

●4種混合ワクチンの接種対象者は？

現時点では、4種混合ワクチンが導入されるまでに、3種混合ワクチン及びポリオワクチンを接種していない人が対象となります。予防接種の進み具合で個人差

はありますが、以下を参考にしてください。

- ①**今年1～3月生まれの人**
今までどおり3種混合ワクチンとポリオワクチンを接種します。
- ②**今年4～5月生まれの人**
4種混合ワクチンを接種できる場合があります。
- ③**今年6月生まれ以降の人**
原則、4種混合ワクチンにより3種混合ワクチンとポリオワクチンを分けて接種することは可能です。

●4種混合ワクチンの接種方法は？

現時点では未定ですが、3種混合ワクチンと同じ接種方法になることが想定されています。

皮下接種により、初回免疫として3週間から8週間の間隔をおいて3回接種し、3回目終了後、12ヵ月から18ヵ月の間隔をおいて、追加免疫として1回接種します。

●いただいたご質問から

Q. 4種混合ワクチンが導入されるまで「3種混合ワクチン」や「ポリオワクチン」の接種を控えた方がいいのでしょうか？

A. 3種混合やポリオの予防接種をあえて遅らせることは危険です。接種可能な時期になったら、待たずにできるだけ早く接種してください。ただし、医師の指導による場合はこの限りではありません。

こころの健康相談

県立一戸病院の精神科医による個別相談を行います。希望する人は、健康福祉課までご連絡ください。

日時: 9月14日(金)
13時30分～15時30分
場所: 保健センター
費用: 無料

保健師からのまごころ便④



米田純奈 保健師
介護担当

地域包括支援センターの保健師として3年目になりました。「地域包括支援センター」はあまり聞き慣れないかもしれませんが、高齢者のみなさんがいつまでも元気で暮らしていけるよう、生活を支える総合機関として保健センターの中に設置されています。地域包括支援センターではさまざまな相談に応じたり、体調や普段の様子を伺いに家庭訪問もしています。家庭訪問では体調や困ったことの相談だけでなく、世間話に花が咲き、ついつい長居してしまうこともあります。みなさんと何気ない話をすることも家庭訪問の楽しみの一つになっています。元気で過ごすため普段気をつけていることなどを聞き取り、また葛巻のことを教えていただいたりと訪問先でのお話は大変勉強になっています。みなさんには、いつまでも元気な心と身体で過ごしてもらいたいと思っています。そのためには普段している畑仕事や家事、草取り、散歩など、小さなことでも構わないので自分のできることを続けて欲しいと思います。自分の役割を持つことが生きがいにつながりますし、また地域の集まりに参加したり、隣近所、お友達との会話を楽しむこともぜひ続けて欲しいです。これからも住み慣れた葛巻町で楽しく生活していきましょう。

ぼく虫歯ゼロわたし

7月18日の幼児歯科健康診査で、虫歯がなかったお友達です。



栗村幸聖くん (3歳・栗山)



漆眞下百華ちゃん (3歳・大沢)



松原琉晏ちゃん (6歳・田の沢)



新沼紗夏ちゃん (6歳・田子)