

今年度も接種費用を助成します

高齢者用肺炎球菌ワクチン

昨年度から実施している高齢者用肺炎球菌ワクチン接種費用の助成（最高6,000円）を今年度も行いますので、接種対象の方は主治医と相談の上、接種してください。なお、接種方法など詳しくは、6月24日付けの全戸配布チラシをご覧ください。

- 実施期間 7月1日～平成28年3月31日
- 町内実施医療機関 西島医院、葛巻病院
- 接種対象者 今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人
- 接種費用（自己負担額） 1,900円
※生活保護世帯の人は、無料です。
- 留意事項 ▶接種対象者であっても、過去に本ワクチンを接種している人は、助成の対象とはなりません。▶インフルエンザが流行する秋までに、接種することをお勧めします。

現在、県内の血液が不足しています

全血献血にご協力ください

- 7月7日(火)に献血を行います
役場前 午前10時～正午
葛巻高校前 午後1時30分～午後4時
- 継続的な献血の協力をお願いします
血液は人工的に造ることも、長期間保存することもできないため、血液を必要としている患者さんへ安定的に血液を届けるためには、継続的な献血の協力が必要です。今年度は、下記日程で献血を行う予定ですので、献血へのご協力をお願いします。
- ▶10月24日(土) 10時～15時 町民まつり(社体)
- ▶11月11日(水) 10時～12時 畜産開発公社
14時～15時30分 役場前
- ▶3月15日(火) 10時～12時 畜産開発公社
14時～15時30分 役場前

毎週月・木曜日、お気軽にご利用ください

保健センターのお風呂

- 保健センターでは、次のとおり高齢者に入浴サービスを提供していますので、お気軽にご利用ください。
- 利用できる人 60歳以上で、一人で入浴できる方
 - 利用できる日 毎週月・木曜日（祝日の場合は翌日）
 - 利用時間 10時～15時30分
 - 利用料金 100円
 - ③祝日や年末年始などは利用日を変更することがありますので、事前にお問い合わせください。
 - ④石けんやタオルなどは、ご持参ください。

ご存知ですか？

特別児童扶養手当

20歳未満の子どもが身体または知的、精神に疾患や障がいがあるとき、「特別児童扶養手当」を受けられる場合があります。

- 対象者 身体、知的、精神に、国が定める程度の障がいをもつ子どもの保護者
※障害者手帳の有無は問いません。
- 手当の額 1級（重度障害児）＝月額 51,100円
2級（中度障害児）＝月額 34,030円
※子どもの障がいの程度によって、支給の区分が異なります。
- ※受給者の前年の所得が基準額を超えるときは、手当の支給が停止となる場合があります。

■手続きに必要なもの

- ①特別児童扶養手当請求書
- ②医師の診断書
- ③戸籍謄本 ④住民票謄本
- ⑤申請者と同居の家族の所得証明書
- ⑥申請者名義の通帳
- ⑦印鑑
- ※①と②の用紙は健康福祉課にあります。



高齢者の介護をしている方は申請を

家族介護用品給付券(おむつ券)

町では、高齢者の介護をしている方に、紙おむつなどの介護用品が購入できる「家族介護用品給付券(おむつ券)」を給付しています。

- 対象者 次に掲げる家族を在宅で介護している方
 - ①要介護認定において要介護3・4・5の方
 - ②身体障害者手帳1～2級（下肢障害、体幹機能障害）の方
 - ③介護者、要介護者ともに町内に住所を有する方に限ります。
 - ④常時おむつが必要な場合に限ります。（就寝時のみ、外出時のみ使用の場合は対象外）
- 申請方法 介護保険証と印鑑を持参の上、健康福祉課で申請してください。
- 給付内容 非課税世帯 月額3,000円
課税世帯 月額2,000円
- 利用方法 年4回、3カ月分まとめて給付券を送付します。給付券は、町内の指定薬店などで、紙おむつや尿取りパットなどの介護用品を購入する際に利用できます。

熱中症になりやすい人は？

- 高齢者 高齢者は体温調節機能が低下しているため、体に熱がこもりやすくなるので危険です。
- 風が弱いとき 風が弱い時は、汗をかいても体にまとわりついて蒸発しにくくなり、体温を下げられる効果が弱まってしまう。熱が体にこもりやすくなるので危険です。
- 湿度が高いとき 気温が低くても、湿度が高いと、汗が蒸発しにくくなり、熱中症の危険が高まります。
- 日差しが強いとき 晴れた日には直射日光や地面からの照り返しが熱中症の危険を高めます。特にアスファルトやコンクリートでは照り返しが強いので注意しましょう。
- 風が弱いとき 風が弱い時は、汗をかいても体にまとわりついて蒸発しにくくなり、体温を下げられる効果が弱まってしまう。熱が体にこもりやすくなるので危険です。

- 子ども 子どもは汗をかく機能が未熟で、体に熱がこもりやすく、体温が上昇しやすいです。
- 体調不良の人 疲労や風邪などで体調不良の時は、体温調節機能が低下しています。また、熱中症はその日の体調に影響するので、朝食を食べなかった日や寝不足の日は、暑い場所での活動を控えましょう。心臓疾患や糖尿病など、体温調節機能に關係する持病のある人も注意が必要です。
- 肥満の人 肥満の人は、皮下脂肪が体内の熱を逃がす効率を妨げるので、体内に熱がこもりやすく熱中症への危険が高くなります。
- 暑さに慣れていない人 私たちの体は急激に暑くなると、その暑さ

- 涼しい場所へ避難 風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内などに避難させましょう。
- 服を脱がせて、とにかく冷やそう 衣服を脱がせて、少しでも体から熱を逃がしましょう。水のうがあれば、首すじ、脇の下、大腿の付け根、股関節あたりに当てることも有効です。可能な限り、早く冷やすことができます。重症者の命を救うことができます。重傷者のかは、どれだけ早く体温を下げるかにかかっています。
- 水分・塩分の補給 冷たい飲み物は胃の表面で熱を奪います。汗を大量にかいた場合には、汗で失われた

熱中症はいつなるの？

暑いとき 一般的には最高気温が25度を超えると発症し、30度を超えると熱中症で亡くなる方が始めま

やすくなります。また、暑さや喉の渇きを感じにくくなるため、熱中症予防の対策が遅れがちです。寝ている間にもかなりの水分が失われますので、寝る前にも水分補給を行いましょう。

熱中症になったら どう対処したらいいの？

- ①「温度に気をくばろう」
- ②「飲み物を持ち歩こう」
- ③「休息をとろう」
- ④「栄養をとろう」
- ⑤「声をかけ合おう」

熱中症予防のため みんなで声をかけ合おう

塩分も適切に補えるスポーツドリンクや経口補水液などが最適です。

■医療機関に運ぶ 意識がないなど、自力で水分の摂取ができないときは、緊急で医療機関に搬送することが最優先の対処方法です。

「ちょっと、ひと涼みしませんか」と、お互いに声をかけ合うゆとりと

日本の風習でもある「ひと涼み」を、みんなで広めていくことで、気持ちのいい夏を過ごしましょう。

牛乳で水分補給する葛巻保育園の園児たち

