

健康長寿応援

みんなの力で 高齢者虐待を防ぎましょう



- ・近所のおばあちゃんの姿を最近見かけない。どうしたんだろう？
- ・体にアザや傷が頻繁にある。
- ・年金があるのに、自由に使えるお金がないと言う。



「虐待かな？」と思ったら、確信がなくても相談してください。通報者に関する情報は保護されます。

地域包括支援センターへご相談ください。

▶ 問い合わせ
地域包括支援センター(介護保険課内) 73-3017

ここにホッと

子育てママの ここを守ろう

産後はホルモンバランスが劇的に変化するうえ、深夜の授乳による寝不足も重なり精神的に敏感になります。孤独を感じることなく育児に前向きになれるよう、まわりの人はそっと支えてあげましょう。

- お母さんのその時々のお心に耳を傾ける。
- 睡眠や3度の食事がとれるように協力する。
- 育児から開放される時間をとらせてあげる。



お母さんが守られ安心できることで赤ちゃんも健やかに育ちます。

▶ 問い合わせ 福祉課 73-3015

健康知っ得情報

脳卒中を予防するために

脳卒中は、日本人の死亡率の上位を占め患者数は現在も増加傾向です。また、性別や年齢に関係なく突然襲ってくる病気です。脳卒中の発症リスクが高い、高血圧・高脂血症・糖尿病の症状がある人は、生活習慣を見直すことで、ある程度改善できます。

予防のポイント

血圧などの値が高いのに放置している人は受診しましょう。
お酒は適量を守りましょう。(1日1合未満)
野菜をしっかり食べ、薄味をこころがけましょう。
冬場の入浴時や、脱衣所、トイレなど寒暖の差が大きいところは、温度差をなくす努力をしましょう。

▶ 問い合わせ 健康課 73-3014

三豊総合病院 2月の健康教室

健康講座 『健診が大切！早期発見・早期治療』

2月12日(金) 午後2時～3時30分

腎臓病教室 『蛋白質をおさえてもおいしいメニュー』
『減塩でも工夫したいおいしく食べられる』

2月18日(木) 午前10時30分～正午

夜間糖尿病教室 『野菜をおいしくたっぷり食べて血糖値安定!』

2月18日(木) 午後6時～7時30分

調理実習 『赤・黄・緑、彩り満点バランスメニュー』

2月26日(金) 午前10時～正午

各教室とも事前予約が必要です。

▶ 申し込み・問い合わせ
三豊総合病院 健康管理センター 52-2726

4月から肝臓機能障害による身体障害者手帳が交付されます

【対象】 認定基準に該当する肝臓機能障害のある人
肝臓移植を受け、抗免疫療法を実施している人

【認定基準】

主として肝臓機能障害の重症度分類であるChild-Pugh分類()によって判定され、3カ月以上グレードCに該当する人が交付対象になります。ただし、診断前の6カ月間にアルコールを摂取している人等は対象となりません。

Child-Pugh分類=肝性脳症、腹水、血清アルブミン値、プロトロンビン時間、血清総ビリルビン値によって肝臓機能障害の重症度を評価。

【交付申請書の受付】 2月1日(月)から

▶ 問い合わせ 福祉課 73-3015

福祉医療(重度心身障害者等医療費、母子家庭等医療費、乳幼児等医療費)受給資格者の皆さんへ

企業等で働く従業員やその家族は、従来、社会保険庁が運営していた政府管掌健康保険に加入していましたが、全国健康保険協会(協会けんぽ)へ加入保険が変更されています。

福祉医療助成制度の受給資格者は、受給資格者証の変更手続きが必要になります。まだの人は、健康課または各支所市民サービス課で必ず手続きをしてください。

手続きに必要なもの

・全国健康保険協会の被保険者証 ・印鑑(認印)

▶ 問い合わせ 健康課 73-3014

火災のお知らせを変更しました

昨年12月から火災放送の内容が変更になっています。これまでは、個人宅の名前で火災場所をお知らせしていましたが、消防本部の火災情報指令システムの変更に伴い、個人名は放送せずに地区名や目印となる建物で火災の場所をお知らせしています。

(例)
火災のお知らせです。
高瀬町下勝間地区、三豊市役所から南西100m付近で一般建物火災が発生しています。

▶ 問い合わせ
総務課 73-3000 三観広域消防本部 24-0119

要介護4または5の認定を受けている人へ

～障害者控除を受けられます～

身体障害者福祉法による障害者認定を受けていない人でも、前年の12月31日時点で要介護4または5に認定されている人は、(特別)障害者控除の対象となります。控除を受ける人は、確定申告の際に「三豊市障害者控除対象者認定書」が必要となりますので、介護保険課または各支所市民サービス課で申請をしてください。

▶ 問い合わせ 介護保険課 73-3017

みとよHOT ほっとNEWS



1/5 三豊市公害防止条例施行規則の制定に係る答申

昨年7月に設置された三豊市環境審議会が、計5回の審議を経て、三豊市公害防止条例施行規則の制定に関して、答申を行いました。今後、答申の内容をもとに同施行規則を制定していきます。

12/11 郷土の先輩に学ぶ

三野津中学校で伝統工芸士の田井艶子さんを迎えて張子虎づくりを体験しました。参加した1年生全員が1体ずつ手乗りサイズのミニ虎をつくり、表情や色のつけ方に個性あふれる作品ができました。



12/6 男女共同参画社会をつくるために

三豊市男女共同参画推進ネットワーク会議講演会がマリノウェブで行われました。『人権の尊重』と題した講演では、ドメスティック・バイオレンスの実情や被害者を守る制度などが紹介されました。



みとよHOT ほっとNEWS



1/5 1年の事故ゼロを願って

三豊安全運転管理者協議会、三豊地区交通安全経営者協議会、三豊交通安全協会の皆さんが大水神社で交通事故防止祈願を行いました。祈願のあと、張子虎が見守る中、三豊警察署前でドライバーに安全運転を呼びかけました。