

第1回「コロン教室」

最近、つまずきやすく なっていませんか？ 介護が必要となった原因として、転倒による骨折も多いです。加齢に伴う筋力低下に気づき、筋力アップして転倒を防ぎましょう！

【日時】 9月27日(木)午後2時～4時

【場所】 公民館松林分館

【講師】 理学療法士(公立福生病院)

【定員】 先着20人

【申込み】 9月3日(月)から電話で介護福祉課地域包括支援センター係 ☎551・1537へ。

「心の相談」

対人関係・思春期・高齢期

子育てなどの心の問題や病気について、精神科医が相談に応じます。

【日時】 9月28日(金)午後1時～2時30分

【場所】 福祉センター相談室

【対象】 心の問題や病気を抱えている市民とその家族など

【定員】 先着2人(予約制) ※初めての相談の方に限ります。相談内容は秘密厳守。

【申込み】 9月10日(月)から社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎552・5027へ。

市民講座「高齢者住宅の種類と違い」市民間の施設を中心に現在の動向を知る

有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅など高齢者の方の住まいの選択

認知症初期集中支援チーム事業がはじまりました



この事業は、認知症の人や、その疑いのある人の家庭を訪問し、適切な医療や介護サービスにつなげるための支援を行う事業です。認知症初期集中支援チームは、認知症サポート医、看護師等の専門職で構成されます。

認知症は早期発見・早期治療で病気の進行を遅らせたり、症状を軽くしたりすることができます。認知症が気になる方、認知症の家族のことでお悩みの方は、まずはご相談ください。

【対象】 在宅で生活している市内在住の40歳以上の方で、認知症またはその疑いがあり、次のいずれかに該当する方

- ①認知症の治療を受けていない、または治療を中断している
②介護サービスを利用していない、または利用を中断している
③認知症による症状が強く、家族が対応に困っている

【問合せ】 介護福祉課地域包括支援センター ☎551・1537

肢が広がっています。施設の特徴を知り、自分に合った選択ができるように一緒に勉強してみませんか。

【問合せ】 保健センター ☎552・0061

みくください。
②特定健康診査
【対象】 国民健康保険に入されている40歳～75歳未満の方
※特定健康診査対象者で、今年度75歳になられる方は受診券有効期限が誕生日の前日までです。

「福生市健康づくり推進員」を募集しています

福生市健康づくり推進員とは、「健康ふっさ21」に基づき、市民の健康づくりを進めていくボランティアです。活動内容は、地域における市民の具体的な健康づくり活動の企画・運営・支援・市主催の各種健康づくりへの参加と普及を図っています。

健康づくり推進員は「食」「体」「心」グループにそれぞれ分かれていきます。毎月保健センターで健康づくり推進員会議が開催され、意見交換を行っています。各グループの主な活動内容は、「食」は簡単レシピの作成、「体」は市内の健康ウォーキングの実施、「心」はあいさつ運動などです。そのほかにも、地域や児童館、学童クラブ等に出向いて幅広い年代の方々と交流を図る活動や、年に一度健康づくり講演会を実施しています。

興味のある方は、お気軽にお問い合わせてください。

自殺相談ダイヤル

【相談時間】 午後2時～午前5時30分まで(年中無休)
※9月17日(祝)～21日(金)の間は24時間特別相談を実施中
【電話番号】 自殺相談ダイヤル ☎0570・087・478
※0570で始まるナビダイヤルは携帯電話の無料通話、かけ放題プラン等の対象外です。

【問合せ】 保健センター ☎552・0061

健康診査の受診はお済みですか？

健康診査の実施期間は10月31日(木)までです。お早めに受診をお願いします。

①若年健康診査
【対象】 市内在住の30歳と35歳の方で健診を受ける機会がない方
※若年健康診査は申込みがあった方に随時受診券を送付します。

【定員】 先着170人
【申込み】 希望者は電話で保健センターへお申し込み

【講師】 針谷伸氏(公立福

公立福生病院からのお知らせ

公立福生病院で、市民公開講座を開催します。今回のテーマは、「ペインクリニックで扱う顔の病気」です。皆さんのご参加をお待ちしています。

【日時】 9月20日(木)午後2時～3時
【場所】 公立福生病院1階多目的ホール
【対象】 どなたでも参加できます。

【定員】 当日先着70人(申込み不要)
【講師】 針谷伸氏(公立福

利用者支援事業のご案内

市では、「子育てするなら ふっさ」をスローガンに、利用者支援事業として、次のような子育て支援事業(保育サービス)を実施しています。

【対象】 市内在住の小学校入学前のお子さんとその保護者など
【問合せ】 子ども育成課保育係 ☎551・1780

▼市内各保育施設での一時預かり
保護者の病気等やリフレッシュなど、一時的に家庭で保育できないとき、お子さんをお預かりします。また、里帰り出産でも利用できます。
【申込み】 直接、市内各保育施設にお申し込みください。

▼子育てひろば
「福生杉ノ子保育園」園庭開放をしているので親子で遊べます。
くすみれ保育園) 保育室や園庭で保育士と一緒に遊べます。
【申込み】 福生杉ノ子保育園 ☎551・9175、すみれ保育園 ☎513・3410

▼子育てサロン
保育士によるリズム遊びや工作、栄養士や看護師等による子育て相談を実施。
【申込み】 弥生保育園 ☎552・1036

▼ここに広場
遊びを中心に施設見学や、保育士・栄養士による子育て相談を実施。
【申込み】 福生本町保育園 ☎551・5811

▼なかよしクラブ(福生市保育協議会主催)
月2回程度、楽しい歌や体操などを保健センターおよび田園会館で実施。
【申込み】 熊川保育園(事務局) ☎551・0632

▼糖尿病患者さんと糖尿病予備群の方のための「糖尿病1日教室」
【日時】 9月29日(土)午後2時～4時
【場所】 公立阿伎留医療センター地下1階講堂

▼糖尿病学会・西多摩地域糖尿病医療連携検討会からのお知らせ
一般社団法人西多摩医師会・西多摩地域糖尿病医療連携検討会からのお知らせ
【日時】 10月6日(土)午後2時～4時
【場所】 青梅市立総合病院・南棟3階講堂
【内容】 患者の体験談および糖尿病専門医による講演
【講演者】 松田祐輔氏(青梅市立総合病院)
【問合せ】 (一社)西多摩医師会 ☎0428・23・2171

生病院麻酔科部長)
【注意事項】 公共交通機関をご利用のうえご来院ください(駐車場有料)。
【問合せ】 公立福生病院患者支援センター ☎551・6210
▼市民公開講座「糖尿病と上手につき合うために」
【日時】 10月6日(土)午後2時～4時
【場所】 青梅市立総合病院・南棟3階講堂
【内容】 患者の体験談および糖尿病専門医による講演
【講演者】 松田祐輔氏(青梅市立総合病院)
【問合せ】 (一社)西多摩医師会 ☎0428・23・2171