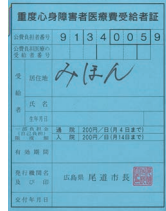


# 健康・福祉

## 重度心身障害者医療費受給者証の更新が近づきました

現在の医療費受給者証は7月31日(水)で期限切れになるため、対象者には受給者証を郵送します。8月1日(木)以降は、新しい受給者証(青色)で受診してください。



- 身体障害者手帳(1・2・3級)か療育手帳(A、A、B)の交付を受けている人 ※所得制限あり。
- 保険診療の自己負担分のうち、一部負担金(医療機関ごとに1日200円)を除いた部分を公費で負担 ※新たに対象になると思われる人は、ご相談ください。
- 社会福祉課 (☎0848-38-9124)
- 因島福祉課 (☎0845-26-6210)

## 高齢者にやさしいお店の情報誌「ねこのて手帳」の登録店募集

「ねこのて手帳」とは、物忘れや足腰が弱った等の理由で外出が難しい高齢者へ、思いやりのサービスを提供しているお店等のお役立ち情報をまとめた冊子です。令和2年3月発行予定の第3版作成に向けて、新たな協力店を募集します。

■ 8月9日(金)までに高齢者福祉課に申込 ※現在登録している商店・サービス事業者には、地域包括支援センターから継続掲載の意向確認を行います。

### こんなサービスが掲載

- ① 弁当・食料品の配達、移動販売
- ② 日用品・消耗品・家電・灯油の配達
- ③ クリーニング
- ④ 理容院・美容院
- ⑤ 不用品・家庭ごみの処分、家の掃除・片付け
- ⑥ 医療
- ⑦ 介護保険外で利用できるサービス
- ⑧ その他、高齢者に優しいサービス
- ⑨ 公的機関、ふれあいサロン・ボランティア

市ホームページでも閲覧できます



■ 高齢者福祉課 (☎ 0848-38-9137)

## 健康相談など

### こころの相談

- こころの健康・ひきこもり相談 (前日までに申込/☎2人)
- 御調保健福祉センター (前日までに申込/☎2人)
- 総合福祉センター
- 因島総合支所

### ●こころの相談

- 御調保健福祉センター (前日までに申込/☎2人)
- 総合福祉センター
- 因島総合支所

### ●もの忘れ何でも相談

- 御調保健福祉センター ※要申込。
- ニチエー三成店 ※個別相談。
- 因島総合支所
- 北部地域包括支援センター

### 東部保健所での相談(要申込)

- 精神保健福祉相談 (精神科医師による相談)
- B型・C型肝炎ウイルス検査
- HIV抗体検査と相談

## おのみち幸齢プロジェクト「看取り講演会」

■ 7月24日(水) 14:00~15:30

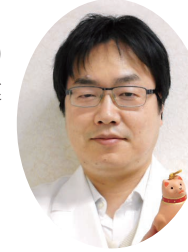
■ 瀬戸田福祉保健センター

■ 看取りに関心のある人

演題「教えて先生! 家で最期って大丈夫?」

講師 大西毅(瀬戸田診療所所長)、濱本洋子(瀬戸田診療所看護師)

■ 瀬戸田福祉保健センター (☎0845-27-3849)



大西 毅

## よつば会家族教室

精神障害のある人の家族同士が、悩みや思いを語り合います。

■ 7月27日(土) 13:30~15:30

■ 市民センターむかいしま

■ 精神障害のある人の家族・当事者、精神障害福祉に関心のある人

■ NPO法人尾道こころネット よつば会事務局 (☎0848-37-6600)

## 仕事とくらしの福祉事業所説明会

■ 7月27日(土) 10:00~11:50

■ 総合福祉センター

■ 特別支援学校や定時制高校などの生徒、学校関係者・障害のある人の家族・市内の福祉サービスの利用や就労を考えている人 など

■ 市内の障害福祉サービス事業所による作業内容や工賃等の説明、作業体験、個別相談など

■ 社会福祉課 (☎0848-38-9124)

■ 尾道市障害者サポートセンター はな・はな (☎0848-29-5002)

## 因島総合病院 第4回病院まつり

■ 7月27日(土) 10:00~14:00

■ 因島総合病院

■ 健康に興味のある人

■ 講演、骨密度・血管年齢等の健康チェックなどのほか、屋台も並びます。

演題「リウマチについて」

講師 橋本洋夫さん(因島総合病院院長)

■ 500人

■ 因島総合病院 (☎0845-22-2552)



## まめまめ通信 熱中症に注意!

熱中症とは、体内の水分や塩分バランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識異常など様々な障害を起こす症状のことです。5月頃から熱中症が増加し始め、7月になると湿度が高く体が暑さに慣れていないため、発症数が急増します。

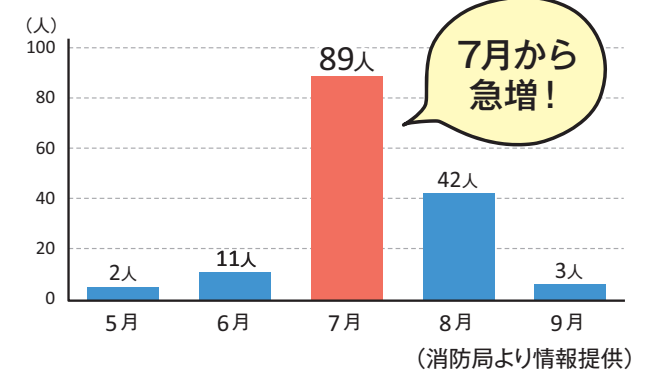
屋外はもちろんですが、屋内での熱中症にも注意が必要です。熱中症を予防して元気な夏を過ごすため、次のポイントに注意しましょう。

### 熱中症予防のポイント

- ・ 温度、湿度をチェックする
- ・ こまめに水分・塩分補給をする
- ・ 睡眠をしっかり取る
- ・ 栄養バランスの良い食事と体力作りをする
- ・ エアコンや扇風機を使用し、温度・湿度の調節をする
- ・ 長時間の野外活動時は無理をせず、適度に休憩をとる
- ・ 外出時は涼しい服装で、帽子や日傘などの日よけ対策をする(男性も日傘を)



### H30年尾道市の熱中症による救急搬送人数



■ 健康推進課 (☎0848-24-1962)