

## 聴覚障害に関する相談会を 瀬戸田地域で開催します

「聞こえ」について、お困りではないですか？ 難聴や補聴器に関する相談に、耳鼻咽喉科の医師が1人ずつ応じます。本来は診療費や診断書料がかかりますが、この相談会時は無料です。(要申込)

日 10月13日(水) 受付13:30~14:00、診察開始14:00

場 瀬戸田保健福祉センター

内 聴覚障害にかかる補聴器の可否、身体障害者手帳の診断・相談

定 5人程度(生口島・因島地域在住者優先)

申 本人確認書類(介護健康保険証等)・印鑑を持参し、各支所・社会福祉課で申込

※申込時に、現在の聞こえ方や生活状況等について聞き取りを行います。(20分程度)

締 8月31日(火)

※申込者多数の場合、調整を行った上でお断りする場合がありますのでご了承ください。

問 瀬戸田支所住民福祉課(☎0845-27-2209)

因島福祉課(☎0845-26-6209)

社会福祉課(☎0848-38-9124)

## 献血 尾道市献血推進協議会 (☎0848-24-1177)

日時	場所
9/1(水) 9:30~12:30	丸善製菓本社
14:30~16:00	JA尾道市 向東支店(*)

(\*)電話、HPで予約できます。(前日17:00まで。要会員登録)

☎0120-150-554

(平日8:30~17:30)

HP <https://www.kenketsu.jp/Login>

## ご存じですか? 「障害者差別解消法」

国連の「障害者の権利に関する条約」の締結に向けた国内法制度の整備の一環として、全ての国民が、障害を理由とする差別の解消を推進することを目的として「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」(いわゆる「障害者差別解消法」)が平成28年4月1日から施行されています。

今年5月、同法が改正され、今後3年以内に施行される予定です。施行後は、民間事業者の「合理的配慮」の提供が法的義務となります。

### ■「不当な差別的取扱い」の禁止

障害のある人に対して、正当な理由なく、障害を理由としてサービスの提供を拒否することや、サービスの提供にあたって場所や時間帯などを制限すること、障害のない人にはつけない条件を付けることなどが禁止されています。

- 受付の対応を拒否する。
- 本人を無視して介助者や支援者等だけに話しかける。
- 身体障害者補助犬の同伴を拒否する。など

### ■「合理的配慮」の提供

合理的配慮は、障害のある人から、社会の中にあるバリアを取り除くために何らかの対応を必要としているとの意思が伝えられたときに、負担が重すぎない範囲で対応することが求められるものです。(重すぎる負担があるときでも、障害のある人に、なぜ負担が重すぎるのか理由を説明し、別のやり方を提案することも含め、話し合い、理解を得るよう努めることが大切です。)

- 段差がある場合に、スロープなどを使って補助する。
- 聴覚障害のある人に筆談などで説明する。など

	「不当な差別的取扱い」	「合理的配慮」の提供
行政機関 (国・地方公共団体など)	禁止	法的義務
民間事業者 (個人事業者など)	禁止	努力義務(※)

(※)改正法施行後は、民間事業者の「合理的配慮」の提供は法的義務になります。

☎ <https://www8.cao.go.jp/shougai/suishin/sabekai.html>

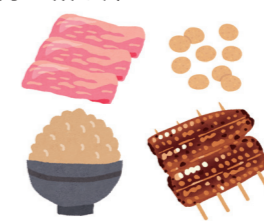
問 社会福祉課(☎0848-38-9124)

## まめまめ通信① 夏バテ対策の食事ポイント

連日の暑さで食欲が低下気味で、お昼はそうめんやうどんといった麺類だけで済ませていませんか?

今年は初夏のコロナ自粛で体が暑さに慣れていなかったことで、夏バテリスクがアップしている可能性も。夏バテ対策の栄養のポイントはビタミンB1とたんぱく質です。食事にしっかり取り入れて、暑さに負けない身体づくりを心がけましょう。

**ビタミンB1**  
(糖質の代謝に不可欠)  
豚肉・豆類・玄米・うなぎなどに豊富



**たんぱく質**  
(筋疲労の回復、持久力アップ)  
肉・魚・卵・大豆製品などのどれかを毎食必ず



### おすすめレシピ

### 豚しゃぶのおろしポン酢あえ

ビタミンB1の効果を高める「アリシン」が豊富なねぎを豚肉と一緒に、おろしポン酢でさっぱりといただけるので、食欲がない時でもおすすめです。

#### 作り方

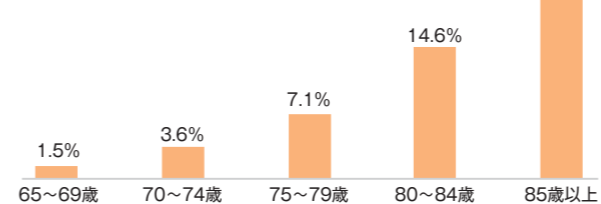
- ①なすは8mmの輪切りにし、サラダ油を熱したフライパンで両面焼き色がつくまで焼く。
- ②豚バラ肉は5cm幅に切り、沸騰した湯でゆで、ザルに上げる。流水で冷まし、しっかり水気をきる。
- ③大根はすりおろし、軽く水気をしぼる。(ギューっとしぼらない。)
- ④★の調味料をボウルに合わせ、大根おろしを混ぜ、豚肉をあえる。
- ⑤皿になすを敷き、④を乗せ、刻みねぎを散らす。

#### 材料(4人分)

- なす……………2本
- サラダ油……………大さじ2
- 豚バラ肉……………300g
- 大根……………1/4本
- ★ポン酢……………大さじ3
- ★麺つゆ(2倍濃縮)大さじ1
- ★ごま油……………大さじ1
- 刻みねぎ……………2本分

## こんにちは 市民病院で② 85歳以上の4人に1人が認知症

認知症高齢者の年齢別出現率(65歳以上)



平成4年2月「老人保健福祉計画策定に当たっての痴呆老人の把握方法等について」より

超高齢社会が進む中、認知症は急増し、介護を含め社会問題になっています。認知症にはさまざまな種類があり、中には早く気づいて治療をすれば治せる可能性が高いものもあります。その中の代表的な症状としてもの忘れがありますが、加齢によるもの忘

れと間違えられやすく、初期症状を見逃す恐れがあります。もし早期発見・治療することができれば患者さんだけでなく、介護など家族やその関係の人の生活にも貢献できる可能性があります。

当院のもの忘れ検診ではMRI画像と「VSRAD」という解析ソフトを用いて、記憶に関する部分である海馬傍回の萎縮の程度を調べることで、初期アルツハイマー型認知症の診断支援を行っています。もの忘れが気になる人は、早期発見ができるよう検診を受けてみませんか?

問 尾道市立市民病院健診科  
(☎0848-47-1155(代))

