

あなたは物忘れが気になりませんか？

～認知症にならないために～

日時：11月16日(土)14:00～16:00

場所：西原町中央公民館

- 内容：○ 医師の講演：城間クリニック院長 しろませいごう 城間清剛 氏
○ 小学生の「介護の日」の作文展示
○ やわらか介護食の試食
○ オムツの展示・試供品配布
○ 町内介護施設・事業所パネル展示 などなど…

入場
無料!

どなたでも
お気軽にご参加
ください



主催：西原町介護の日実行委員会

お問い合わせ 福祉部介護支援課 介護支援係 ☎945-5013

高齢者の実態把握調査にご協力ください

西原町地域包括支援センターでは、西原町の高齢者の状況を把握するために高齢者の「実態把握調査」を実施しています。高齢者のみなさんの家を訪ねて、相談したいことはないか、困っていることはないかなど、暮らしぶりについて聞き取りを行います。センター職員が訪問する際は、調査へのご協力をお願いします。

- ※ センター職員は、西原町役場が発行した身分証明書を携帯しています。
- ※ 相談内容や個人情報などの秘密は守ります。

西原町地域包括支援センターとは？

西原町の公的相談機関であり、西原町に暮らす高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心した生活を送ることができるように、支援を行います。

地域包括支援センターでは次のようなことをしています。

- 高齢者や家族のさまざまな相談を受け、情報提供や必要なサービスにつなぎます。
- 地域の高齢者の状況を把握するため、実態把握調査を行います。
- 高齢者の虐待防止や権利擁護のための支援をします。
- 介護予防を重視し、できる限り介護が必要な状態にならないように支援します。

西原町地域包括支援センターへのお問い合わせ

〒903-0127 西原町徳佐田159-1 (西原敬愛園内4階)
☎882-0117 FAX 882-0881

お問い合わせ 福祉部介護支援課 介護支援係 ☎945-5013

もう特定健診は受けましたか？ 受けたみなさんに耳寄りなお知らせです！

お手元に今年度の健診結果を用意し、下記のチェック項目に回答してください。

- ① 40歳～65歳で国民健康保険加入者である 西原町在住の20代～30代である
- ② 今年度の特定健診または人間ドックを受診した
- ③ 検査項目
- | | |
|--------------------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> HbA1c | 5.6～6.4% |
| <input type="checkbox"/> 空腹時血糖 | 100～125mg/dl |
| <input type="checkbox"/> 食後血糖 | 140～199mg/dl |
| <input type="checkbox"/> eGFR | 60～51 |
| <input type="checkbox"/> 尿タンパク | ± |
| <input type="checkbox"/> 血圧 | 140～160/85～99 |
- ①の回答が「はい」の場合は、②へお進みください。
②の回答が「はい」の場合は、③の項目に該当する項目があれば、「生活習慣病予備軍」です。
①②の両方とも「いいえ」の場合は、個別健診か人間ドック、または12月22日の最後の集団健診をご利用ください。

①、②に該当し、③の項目いずれかに該当した方は、「生活習慣病予備軍」です。今は特に自覚症状もなく生活していますが、この状態が続くと近い将来、病気を発症して薬などの治療が必要な状態になる可能性が高いということです。



「生活習慣病予備軍」のあなた！二次健診を受けてみませんか？

二次健診の内容

- ・75g糖負荷試験
- ・微量アルブミン尿検査
- ・HbA1c測定
- ・血圧及び身体測定

二次健診を受けると、こんなに良いことがあります!!

- 今の身体の状態をより詳細に知ることができる。
- 検査結果からあなたに合った食事の内容、食べるタイミングを学び、効率よく減量することができるため、血液データの改善が見込める。
- 検査結果からあなたに一番効果のある運動のタイミングが分かる。
- 生活習慣病予備軍から、真の健康へ近づける。

必ずお読みください

- ※③の血圧や糖の項目に該当した方で、すでに病院に通院している方は対象になりませんのでご了承ください。
- ※多くの方に受けてほしい検査ですので、これまでに町の補助で「未病ケア健診」を受けた方は受診できません。
- ※①・②に該当し、③のいずれかに該当した先着50名限定の健診になっており、無料で受けることができます。
- ※①に当てはまるが今年度の特定健診を受けていない方は、まずは特定健診の受診をお願いします。
- ※ご自分が該当するか分からない方や受診希望の方、検査内容についてのお問い合わせは下記までお願いします。

お問い合わせ 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791

11月保健事業日程

月日	曜日	事業名	対象者	実施場所	受付時間
11月3日	日	集団健診	未受診者③	中央公民館	8:00～10:00
11月7日	木	1歳半健診	H24.3.7生まれ～H24.4.7生まれ	中央公民館	13:30～14:15
11月10日	日	あがりティーダウォーキング	関心のある方	あがりティーダ公園	8:00～
11月14日	木	3歳児健診	H22.6.20生まれ～H22.7.23生まれ	中央公民館	13:30～14:15
11月24日	日	乳児健診(午前)	H24.12.22生まれ～H25.2.21生まれ	社会福祉センター	9:00～10:30
11月24日	日	乳児健診(午後)	H25.6.27生まれ～H25.8.24生まれ	社会福祉センター	13:00～14:30
11月25日	月	BCG	3ヶ月～1歳未満	沖縄県総合保健協会	15:30～16:00
12月5日	木	2歳児歯科健診	H23.6.3生まれ～H23.9.2生まれ	中央公民館	13:30～15:00
12月8日	日	あがりティーダウォーキング	関心のある方	あがりティーダ公園	8:00～