

湖北地区社協 春の健康まつり

日時 5月13日(火) 午後1時～4時
場所 新木近隣センター

時間	内容・参加費
13時～13時45分	講演会と軽い体操(先着30人) テーマ…「デュアルタスク…ながら運動で脳と体を鍛えよう」 講師…渡部佳代子さん(介護予防指導士、介護福祉士)
13時～14時	ベビーマッサージ…1人300円(事前予約10組)
14時～16時(受付15時30分まで)	◎健康チェック…身長計測・血圧測定・体重体組成・肺活量など ◎体力測定…握力・開眼片足立ち・椅子立ち座り・歩行速度・動的バランス ◎血管年齢測定 ◎健康相談コーナー…保健師による健康相談 ◎布佐・新木地区高齢者なんでも相談室「タッチエム(脳トレコーナー)」
14時30分～15時30分	体験!足裏マッサージ 1人500円 ※当日先着7人
14時30分～16時	DVD上映「やっぱり基本は食事!ガンは食事で防げる」 済陽高穂先生の講演DVD

※送迎サービスをご希望の方はお問い合わせください。
申・圃 湖北地区社会福祉協議会 ☎7187-2551 (平日午前9時30分～午後4時30分)

楽歌って健康!歌声サロン

Vol.2

日時 6月2日(月) 午後2時～3時45分(1時30分開場)

場所 湖北地区公民館 ホール

内容 懐かしい曲の数々をバンドの生演奏と一緒に思いっきり歌いましょう!

出演 杉山公章(歌心塾主宰) with歌心塾 ※歌唱指導・演奏

定員 250人(全席自由)

費用 前売・当日ともに1000円

申・圃 電話または窓口で、湖北地区公民館(中里81の3) ☎7188-4433



演歌・歌唱指導 杉山 公章

失語症家族教室
日時 5月29日(木) 午後2時～4時
場所 障害者福祉センター
対象 市内在住の失語症のある方のご家族
内容 失語に関する悩みごとの相談、家族間の交流や情報交換、失語の知識や会話技術の講習と実習
定員 先着10人
費用 無料
申・圃 障害者福祉センター ☎7188-0141

不登校のお子さんを持つご家族の家庭内傾聴講座
日時 5月9日(金) 午前10時～午後3時
場所 名戸ヶ谷あびこ病院 大会議室
対象 不登校、引きこもり、摂食障害、うつ病のお子さんをお持ちの家族、30人
費用 無料(予約不要)
申・圃 M.T.ねっとわーく・ミナト ☎080-1689710220、@nearcandno wnm@yahoo.co.jp

臨時心理相談員募集
子育てに関する相談や援助・訪問活動に、対応する心理相談員を募集します。
任期 6月1日～平成27年3月31日
勤務時間 平日午前9時～午後5時(週2日)
勤務場所 子ども相談課(市役所西別館1階)
内容 心理相談業務
対象・定員 パソコン操作ができ、自動車運転免許を持ち、大学で心理学を専攻し卒業後に相談業務経験のある方、1人
賃金 時給1420円(通勤手当あり)
選考方法 ○一次:レポート「子育てに悩む養育者に対する支援について」を考えを述べる(800字以内) ○二次:面接(5月22日(木))
申込方法 履歴書(写真貼付)に必要事項を明記し、レポートを添えて持参
締切 5月20日(火) 午後5時
子ども相談課 ☎7188-11821

4月1日から 日常生活用具の給付種目を追加・変更しました

内容について、詳しくはお問い合わせください。

圃 障害福祉支援課・内線391

品目	変更点	追加・変更内容
視覚障害者用ポータブルレコーダー	対象者	視覚障害2級以上の障害者・児で、学齢児以上の者(本人が現に所有していない場合に限る)
盲人用時計	基準額	触読式…1万2200円、音声…1万4600円
電磁調理器	用具の性能	対象者が容易に使用し得るもの
入浴補助用具	対象者	①下肢または体幹または移動機能に障害を有する障害者・児であって、入浴に介助を要する3歳以上の者
移動用リフト	対象者	①下肢または体幹または移動機能障害2級以上の障害者・児で、3歳以上の者
移動・移乗支援用具	対象者	①平衡機能または下肢または移動機能もしくは体幹に障害のある障害者・児で、家庭内の移動等において介助を要する3歳以上の者
点字図書	基準額	点字図書の購入価格から当該点字図書に対応する一般図書の価格を控除した額
紙おむつ	種目	紙おむつ(用具の性能…紙おむつ、尿取パッド、清浄綿)
情報・通信支援用具	用具の性能	ストマの著しい変形等によりストマ装具の使用が困難な者または次のいずれにも該当する者であって、排尿、排便の意思表示ができない者①脳性まひ等脳原性運動機能障害を起因とする障害者・児②移動機能障害1・2級および体幹障害1・2級③知的障害者・児
地上デジタル放送に対応したラジオ	対象者 用具の性能 基準額	情報・通信支援用具(点字プリンター、上肢障害者用キーボード、マウス、視覚障害者用アプリケーションソフト) 視覚障害2級以上の障害者・児(本人が現に所有していない場合に限る) 視覚障害者・児が容易に使用し得るもの 1万100円(耐用期間5年)

5月 各種健診と健康教室

◎乳幼児の各種健診・相談・教室 ☎は予約制です。
圃 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

項目	日程	対象・内容など
★ しあわせママパパ学級☎	10・17日(出)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
4か月児相談	13・20日(火)	平成25年12月生まれ
育児相談(乳幼児の育児)	21・28日(水)	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人
1歳6か月児健康診査	15・22日(木)	平成24年9月21日～10月31日生まれ
2歳8か月児歯科健診	29日(木)	平成23年9月生まれ
3歳児健康診査	8日(木)	平成22年10月11日～10月31日生まれ
5歳児健康診査	29日(木)	平成21年5月生まれ
★ 離乳食教室(4～6か月児向け)☎	16日(金)	乳児の保護者、先着30人
★ 後期離乳食教室(8～9か月児向け)☎	14日(水)	平成25年8月生まれ、先着20人
★ 栄養相談☎	随時	食生活アドバイス

◎心の健康に関する教室
場所 保健センター
圃 障害福祉支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	2日(金) 14時30分～16時
心の健康クラブ	19日(月) 14時～16時

◎デイケアクラブ
時間 午前9時55分～11時55分
圃 障害福祉支援課・内線385

教室名	日時
あびこ	28日(木) 障害者福祉センター
こぼこ	14日(水) 湖北台東小
あらで	

◎楽遊具うんどう教室
時間 午前10時～11時
圃 高齢者支援課 ☎7185-1112

開催日	場所
14日(水)	布佐南公園 *雨天中止
20日(火)	湖北台中央公園 *雨天中止
16日(金)	天王台西公園 *雨天中止

健康メモ 355 食物依存性運動誘発アナフィラキシー

アナフィラキシーとは、原因となる物質(アレルゲン)が体内に入ると短時間でじんましんや呼吸困難、血圧低下などの全身におよぶ激しいアレルギー反応が起こる状態です。普通は数分から30分以内に起こりますが、特殊なタイプに「食物依存性運動誘発アナフィラキシー(FDEIA)」があります。FDEIAは、アレルゲンである食物を食べただけでは起こらず、その後運動すると起こるものです。中学生から青年期に多く、通常食後2時間以内に運動した場合にみられ、入浴でも起こることがあります。FDEIAは薬では予防できません。アレルゲンである食物をとってしまったら、数時間は運動しないことが最も有効な予防法です。アレルゲンの大部分は小麦とエビ、カニなどの甲殻類ですが、他の食物の場合もあります。

アナフィラキシーは非常に稀な症状ですが、症状が起きたら重症化し、対応が遅れると死に至ることもありますので、すぐに救急車を呼びましょう。学校や職場などでは、アナフィラキシーがあることを周囲の人に知らせておくことが大切です。緊急時用の携帯用注射もありますので、かかりつけの医師と相談しておきましょう。 天王台皮フ科クリニック 御藤良裕

圃 健康づくり支援課 ☎7185-1126

●休日・夜間に病気になったら:○消防署(☎7184-0119)に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。※緊急の場合は迷わず☎119へ電話をしてください。※休日や深夜などの診察料は、割高になります。休日は日曜、祝日、年末年始