

高島市民病院

びょういんだより

問 高島市民病院 ☎ (36) 0220

高島市民病院健康出前講座をご活用ください

令和4年度 高島市民病院健康出前講座テーマ

性(いのち)の教室
今から予防で元気な体
いざという時、役立つ応急処置
女性のためのいきいき講座
もし、災害が起こったら・・・
安心していきいきと暮らすために ~介護保険サービスについて知ろう~
元気に働き続けるために ~健診をうけましょう~
夏休み気をつけたい、けが・ハチ刺され・応急処置 一子ども編一
手洗いしよう 一子ども編一
手洗い、うがいで感染対策
心臓のおはなし ~心臓を守る毎日のくらし~
脳卒中のおはなし ~禁煙で血管を大切に~
気をつけたい皮膚の清潔
呼吸筋をきたえよう
食べる楽しみをいつまでも保つために大切なこと
始めよう終活 ~いつまでも自分らしく過ごすために~

高島市民病院の職員が専門職の知識と経験を生かして、分かりやすく楽しく健康情報をお届けします。

*出前講座では、感染対策やお薬、リハビリテーションなどのテーマについて、講座を希望される場合はお問い合わせください。全て時間は1時間程度です。なお、感染対策のため、場所の広さや人数について調整をさせていただきます。

<お問い合わせ>
 高島市民病院 地域医療連携室 岸・末武まで

国保年金あらかると

問 保険年金課 ☎ (25) 8137
 大津年金事務所 ☎ 077(521)1789

知っていますか? 国民年金保険料免除制度

令和4年度分(令和4年7月から令和5年6月までの期間)の国民年金保険料免除・納付猶予申請書の受け付けが、7月1日(金)から始まります。

こんなとき、免除・猶予されます

経済的な理由などで納付することが困難な場合、本人、配偶者および世帯主それぞれの前年所得が一定額以下であれば、保険料の納付が免除・猶予が承認されます。

※猶予制度は、本人が50歳未満の期間について申請できる制度です。

免除申請をせずに未納のままにしておく...

老齢基礎年金の受給資格期間に含まれず老齢基礎年金を受けとれない場合や障害・死亡といった不慮の事態が発生したときに障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなる場合があります。

免除や納付猶予の申請書は過去2年まで(申請月の2年1か月前の月分まで)さかのぼって申請することができます。また、失業や事業の廃止(廃業)または休止の届出をされた場合は、「特例免除制度」が利用できます。

◆詳しくは、市役所保険年金課または、大津年金事務所にお問い合わせください。

7月は「愛の血液 助け合い運動」月間

輸血に必要な血液を確保するために、献血のご協力をお願いします。

♡全血献血(400ml)♡

▼対象者
 17歳~69歳の男性または18歳~69歳の女性で男女とも体重が50kg以上の方(初めての方は64歳まで)

♡献血の予定♡

▼日時
 8月19日(金)
 ①10時~11時30分
 ②12時30分~15時30分

▼会場
 新旭保健センター

受動喫煙対策を 進めよう!

受動喫煙とは?
 たばこから出る煙や、たばこを吸っている人が吐き出す煙を吸い込んでしまうことです。

受動喫煙による健康被害
 ○がんや脳卒中、心筋梗塞などの病気を引き起こします。
 ○子どもでは、乳幼児突然死症候群(SIDS)、喘息などさまざまな病気を発症するリスクが高まります。

望まない受動喫煙 防止のために

○子どもや患者など特に配慮が必要な人が集まる場所では喫煙しない。
 ○屋外であっても、喫煙が禁じられている場所では喫煙しない。

受動喫煙は、たばこを吸わない人も、自分の意志とは関係なく、喫煙している状態になります。健康を守り、安全・安心な生活につなげるために受動喫煙について一人一人が考え、行動することが大切です。



問 地域包括支援課 (地域包括支援センター) ☎ (25) 8150
 FAX (25) 8054

あんしん 元気生活

誰もが住みやすい地域づくりを目指して 生活支援コーデイネーターがサポートします

生活支援コーデイネーターとは
 コーデイネーターは、地域の皆さんと共に考え行動しながら、地域の魅力を再発見したり、新たな支えあいの力を生み出したりする役割を担っています。
 ◆住民の皆さんに地域の良さや問題に感じていることを聞きます。
 ◆住民の皆さんとコーデイネーターの気づきを持ち寄り、話し合います。

生活支援コーデイネーターを紹介します!

○市全域	吉見恵理子
○マキノ地域	田中 裕人
○今津地域	小笠原 滋
○新旭地域	西村 一真
○安曇川地域	熊谷智香子
○高島地域	橋詰 勝代
○朽木地域	宮田 早苗

誰もが自分らしく暮らすことができる地域を共に作りましょう!