

自分のために、家族のために、禁煙してみませんか？

やめたいと思いつつもやめられないのがタバコです。近年、喫煙は単なる習慣や好みではなく、「ニコチン依存症」という病気として考えられており、「ニコチン依存症」の治療には健康保険を使うことができます。

呼吸器内科で医師の診察やカウンセリングを受け禁煙を成功させましょう。

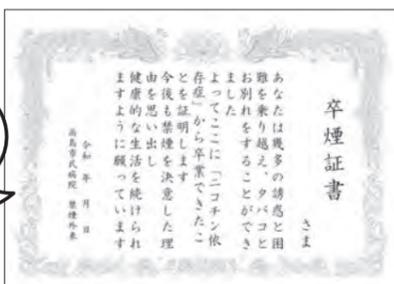
禁煙治療の内容

- 【日程】毎週金曜日 13時～14時(予約制)
- 【担当医】呼吸器内科医師 重森 度
- 【費用】13,090円～(3割負担の場合)
- 【回数】全5回コース(約12週間)

- 禁煙に向けて、ニコチン製剤の貼付薬(ニコチネルTTS)を用います。
- 禁煙中に困ったこと(体重の増加やイライラすることが増えた等)があった場合、適宜ご相談ください。



コース終了後には
卒煙証書をお渡しします。



あんしん 元気生活

高年齢者支援課 ☎ (25) 8150
(高島市地域包括支援センター) FAX (25) 8054

- 最近物忘れが多くなった気がする。
- これから介護が必要になるかもしれない。
- 頼る親族がいらないため、金銭管理や契約等どうすれば良いか分からない。
- 近所から毎晩ひどい怒鳴り声が聞こえる。もしかしたら虐待かもしれない。

次のような高齢者に関するさまざまな相談を訪問や来所、電話、メールなどでお受けしています。

地域包括支援センターでは、主任介護支援専門員、保健師、社会福祉士等の専門職が連携し、高齢者の身近な相談窓口として、相談や支援に取り組んでいます。いつでもお気軽にご利用ください。

「地域包括支援センター」を利用ください！

【新旭・朽木地域】
高島市地域包括支援センター
新旭町北畑565番地
(高島市役所内)
☎ (25) 8150
✉ houkatu@city.takashima.lg.jp

【高島・安曇川地域】
高島・安曇川
地域包括支援センター
勝野3060番地3
☎ (36) 0857

【マキノ・今津地域】
あいりんつむぎ
地域包括支援センター
今津町南新保87番地1
(今津病院別館内)
☎ (22) 22802

子育て支援体制って どんなものがあるの？ 【妊娠～産後編】

プレママ・
プレパパサロン

赤ちゃんのいる生活ってどのような感じでしょうか？
前向きな気持ちで出産を迎え、赤ちゃんとの生活をスタートできるように先輩ママや助産師・保健師と一緒に考え、相談できるサロンです。

▼対象 妊娠25週以降の妊婦さんとその家族
▼次回開催日 9月21日(土)
▼場所 安曇川保健センター

詳しくはこちら



沐浴体験やパパの妊婦体験を通して、出産後の生活のイメージを膨らませましょう。



市には、妊娠期から子育て期にわたるさまざまな支援体制があります。
今回は妊娠期～産後の支援体制について紹介します。

産後ケア

市では、産後のお母さんが安心して過ごせるように、自身の身体と心のケアや、赤ちゃんの育児などの相談をすることが出来る産後ケアチケット(4,000円分)の配布や宿泊サービスを行っています。
気持ち不安定な時にも、なるべくゆったり過ごせるよう、ぜひご利用ください。

▼対象
産後1年未満の女性およびその赤ちゃん
※宿泊サービスは概ね4か月までが対象です。
※流産・死産の方も対象です。

▼チケット使用方法
産後ケアチケットをお持ちの場合は、直接ご希望の施設にお申し込みください。
※産後ケアチケットをお持ちでない場合や宿泊サービスをご希望の場合は、健康推進課までお問い合わせください。

▼サービス施設一覧 (詳しくは市ホームページをご覧ください。)

通所サービス	訪問サービス(自宅へ訪問)	宿泊サービス
高島市民病院	まんま	高島市民病院
浮田クリニック	伊丹助産院	UKITA Mom's Garden (浮田クリニック)
薬師川母乳育児相談室	助産院 more.	
松島産婦人科医院 ※		松島産婦人科医院 ※

※令和6年7月から利用できるようになりました。

市では、不安なく妊娠、出産、育児ができるようサポートしています。保健師や助産師、管理栄養士、歯科衛生士がいつでも相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。