

やけどに注意しましょう!

寒い日が続くストーブやファンヒーターなど暖房器具が欠かせません。この時期はストーブの上のやかんをひっくり返したり、ポットの熱湯や沸かしすぎたお風呂の湯による熱傷(やけど)したりする患者さんが多くみられます。

やけどの応急処置

やけどを負った時は、15分程度流水で痛みがなくなるまで十分冷やしましょう。また、衣服を着たままやけどを負った場合は、衣服は無理矢理脱がさず、衣服の上から水をかけて患部を冷やすようにしましょう。皮膚と癒着しているところは無理にはがさず、そのまま病院で受診してください。

低温やけど

湯たんぽや使い捨てカイロに長時間接触していると低温やけどになることがあります。このやけどは皮膚の深いところまでダメージを受けているにもかかわらず、通常のやけどと違い見た目(皮膚の表面)はとても軽症に見え、時には気がつかないこともあります。肌に直接カイロ等を接触させないよう注意してください。



ここに注意!

全身を冷たい水で冷やしすぎると、体全体が冷えてしまう可能性があります。また、氷や氷のうを直接患部にあてると皮膚が冷えすぎてしまい、凍傷をおこす場合もあります。



令和5年高島市二十歳のつどい

令和4年4月に民法が改正され、成人に達する年齢が20歳から18歳に引き下げられましたが、本市では引き続き20歳を対象に式典を実施することとし、式典名も「成人式」から「二十歳のつどい」に改称しました。

「二十歳のつどい」は、1月8日(日)にガリバーホールと高島市民会館の2会場で、新型コロナウイルス感染症防止対策を講じたうえで開催しました。

二十歳のつどいを開催するにあたり、実行委員会を立ち上げ、心に残る式典にしようとの会議を重ね、恩師のメッセージ動画を制作したほか、受付や司会進行、誓いのことばなど、自分たちの式典を自分たちの手で盛り上げようとする取り組み、当日を迎えました。

会場では、平成14年・平成15年に生まれた336人が晴れ着やスーツ姿などで集い、同級生や友人との再会を喜び合うようすがあちらこちらで見られました。



式典では、市長や来賓から祝福のことばが贈られ、二十歳を代表して大島一哲さん(ガリバーホール)、池田武蔵さん(高島市民会館)が誓いのことばを述べました。20歳を迎える一人一人が、「社会的責任」を改めて自覚するとともに、それぞれが目指す未来に向かって確かな一歩を踏みだす一日となりました。

国保年金あらかると

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

20歳になった方へ、国民年金加入のお知らせ

国内に住んでいる20歳以上60歳未満の方は、国民年金被保険者となり、日本年金機構から、20歳の誕生日の約2週間後に、次の書類が届きます。

お届けします!

- ①基礎年金番号通知書
- ②国民年金加入のお知らせ
- ③国民年金の加入と保険料のご案内
- ④国民年金保険料納付書
- ⑤口座振替納付申出書
- ⑥保険料免除・納付猶予申請書
- ⑦学生納付特例申請書

年金制度のことや必要な手続きなどが動画で確認できます。



- **保険料の納付が困難な方**
⑥の申請書で保険料の納付義務が免除または猶予される制度をご利用ください。
- **保険料の納付を猶予したい学生の方**
⑦の申請書で保険料の納付義務が猶予される制度をご利用ください。

※国民年金加入のお知らせが郵送された方で次のいずれかにあてはまる方は、大津年金事務所にご相談ください。
○厚生年金保険被保険者や共済組合の組合員またはその方の被扶養配偶者
○20歳到達日前に国内に住民票のない方

◆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。

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

あんしん 元気生活

介護サービス相談員が高齢者の思いを受けとめます

介護サービス相談員は、市内の介護サービスを提供する事業所を訪問し、利用者の思いや困りごとなどを聞き取り、困りごとの改善や介護サービスの質の向上などを目的に活動しています。

個人の要望や介護の質に関わるものなど相談内容はさまざまです。相談員は利用者の代わりに、困りごとを解決するために事業所と意見を交換し、介護サービスの質の向上につながる提案をします。

また、行政機関の関与が必要な場合は、地域包括支援課が適切な対応策をとります。



現在12人の相談員が活動しています。目印はピンク色のベストです!お気軽にお声掛けください。

