

在宅医療と介護のご案内

◇医療や介護を必要とする高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、医療や介護の専門職が連携して在宅での生活を支えます ◇在宅医療と介護の相談は、かかりつけ医や介護支援専門員か、最寄りの長寿あんしん相談センターへ
問長寿あんしん相談センター本部813-1040(FAX813-1041)



ケアハウスを利用しませんか

◇ケアハウスは個室で生活しながら食事、入浴などの基本的サービスの提供を受けられる施設です **対**60歳以上で自炊できない程度の身体機能の低下が認められ、独立して生活するには不安な人 **料**入居時に預り金や前年の収入に応じた利用料(毎月8~21万円程度)を負担

施設名	問い合わせ先
大原の里(本名町)	294-2510
寿楽苑(下田町)	248-5151
優和の里(吉野町)	243-0565
シルバーフラット 武岡台(小野町)	283-6870
ケアハウス出会い坂(草牟田一丁目)	223-3138
ケアハウス照国(照国町)	226-3141
ケアハウス西陵(西陵一丁目)	282-4373
クレール下荒田(下荒田二丁目)	255-5521
ライフイン鴨池(下荒田四丁目)	213-5222
夾竹灯(山田町)	264-6715
ケアハウスしゅうゆう(山田町)	275-9881
にじの郷小松原(小松原一丁目)	210-5130
桜の苑(下福元町)	284-6383
旭ヶ丘園(平川町)	262-2222
サンファミリーきいれ(喜入前之浜町)	343-1885

市民福祉手当(重度障害者(児)手当)の申請

対昨年10月1日(20歳未満)の人は昨年4月1日(現在)で本市に1年以上住み、身体障害者・精神障害者手帳1・2級や療育手帳A₁・A₂・B₁を持ち、今年度申請をしていない人(特別障害者手当などの受給者や一部の福祉施設入所者などを除く) ◇申請期限…20歳未満の人は3月31日ま



で、20歳以上の人は9月30日まで **申**手帳、申請者名義の通帳、印鑑(認め印可)を持って障害福祉課216-1273(FAX216-1274)か各支所の福祉課・保健福祉課へ

「かかりつけ医」を持ちましょう

◇かかりつけ医を持つことは、これまでの健康状態を踏まえた適切な診療や医療費の節約などにつながります ◇医療機関のかけ持ちをせず、時間外や休日受診はなるべく避けましょう ◇適度な運動やバランスのとれた食生活を心掛け、特定健診などで病気の早期発見、早期治療に努めましょう ◇かかりつけ医の紹介状なしに大病院を受診すると、治療費が加算されることがあります ◇かかりつけ医の選び方…①自宅から近い通院できる開業医など、②治療方法など詳しく説明してくれる医師、③高度な医療が必要なときは専門医などを紹介してくれる医師 **問**サンサンコールかごしま099-808-3333(FAX国民健康保険課216-1200)



インフルエンザを予防しましょう

◇小まめな手洗い・うがい、人混みを避ける、規則正しい生活やバランスのとれた食生活 ◇マスクの着用などで咳エチケットを **問**保健予防課803-7023(FAX803-7026)



風しんの抗体検査

対①妊娠を希望する女性、②①の同居者、③抗体価が十分でない妊婦の同居者 ※過去に風しん抗体検査を受けたことがある人や予防接種歴がある人、検査などで確定診断を受けた人を除く **所**委託医療機関 **料**無料 **問**保健予防課803-7023(FAX803-7026)

訪問歯科健診・指導

内歯の健診や口の中の手入れのアドバイス **対**在宅で寝たきりの人 **問**中央保健センター、東部保健センター



特定(長寿)健診・集団検診を受けましょう

■ 1月の特定(長寿)健診(保険証が必要な検診のみ掲載)

日 曜	場 所	受付時間
15 日	郡山地区保健センター	8時30分~10時30分
17 火	東部保健センター	9時~10時30分
21 土	県民総合保健センター	8時30分~10時30分
22 日	JA鹿児島県厚生連健康管理センター	要予約256-1133
24 火	北部保健センター	9時~10時30分
26 木	喜入地区保健センター	8時30分~10時30分
27 金	中央保健センター	9時~10時30分
31 火	西部保健センター	

※南部保健センターは毎月第1金曜日に実施
◇2月以降の日程は、いきいき受診券に同封の日程表をご確認ください

問サンサンコールかごしま099-808-3333(FAX099-808-2525)

■ 1月の集団検診(事前予約が必要な検診のみ掲載)

日 曜	検 診	場 所
11 水	胃・腹部・子宮・乳	ヘルスサポートセンター鹿児島 ※女性のみ(いずれも午前のみ)
15 日	胃・腹部	郡山地区保健センター
16 月	胃・腹部	ヘルスサポートセンター鹿児島
17 火	胃・腹部 乳	紫原小学校(受付時間9時~10時) 西部保健センター(午前のみ)
18 水	胃・腹部・子宮・乳	大明丘小学校 ヘルスサポートセンター鹿児島 ※女性のみ(いずれも午前のみ)
19 木	胃・腹部 子宮・乳	武岡小学校 松元地区保健センター(午前のみ)
20 金	胃・腹部 子宮・乳	田上小学校 松元地区保健センター ヘルスサポートセンター鹿児島 ※女性のみ(いずれも午前のみ)
21 土	胃・腹部 子宮・乳	県民総合保健センター 中央保健センター
22 日	胃・腹部	JA厚生連健康管理センター 明和小学校
23 月	子宮・乳 胃・腹部	吉田地区保健センター(午前のみ) ヘルスサポートセンター鹿児島
24 火	胃・腹部	西田小学校
25 水	胃・腹部 子宮・乳	桜丘東小学校 ヘルスサポートセンター鹿児島 ※女性のみ
26 木	胃・腹部	喜入地区保健センター 原良小学校
27 金	子宮・乳 乳	JAグリーン鹿児島坂之上支店(午前のみ) 郡山地区保健センター(午前のみ)
28 土	子宮・乳	県民総合保健センター
29 日	乳	中央保健センター(午前のみ)
30 月	胃・腹部 乳	宇宿小学校(受付時間9時~10時) ヘルスサポートセンター鹿児島 喜入地区保健センター(午前のみ)
31 火	胃・腹部 子宮・乳	南部保健センター 坂元台小学校(午前のみ)



◇受付時間 ①胃・腹部 8時30分~9時30分
②子宮・乳 8時30分~9時か13時~13時30分
対市内に住む40歳以上(子宮がん検診は20歳以上)で、職場で受診機会のない人(保険証が必要)
料胃がん検診1000円、腹部超音波検診1200円、子宮がん検診600円
乳がん検診(40歳代)1600円・(50歳以上)1100円
申がん検診専用ダイヤル214-5489(FAX保健予防課803-7026)
※ヘルスサポートセンター鹿児島267-6292(FAX260-1780)での検診は、直接予約が必要

■ 無料クーポン券などのご利用はお早めに

◇子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券、肝炎ウイルス検診無料勧奨通知書の有効期限は2月28日です
問保健予防課803-6927(FAX803-7026)

