

みんなで「子育て」応援します

「ファミリーサポートセンター」は、子育てや働く人たちの仕事と家庭の両立を支援しています。

ファミリーサポートセンターは、「子育ての手伝いをして欲しい・依頼会員」と「子育てのお手伝いをしたい・提供会員」という会員間の育児援助をコーディネートする組織です。

● 援助の内容

- ・ 保育所、塾、習い事等への子どもの送迎
- ・ 保育所等の開始前や終了後、子どもを預かる
- ・ 放課後や児童クラブの終了後の送迎及び子どもを預かる
- ・ 保護者の病気や急用の場合に子どもを預かる
- ・ 冠婚葬祭やほかの子どもの学校行事の際、子どもを預かる
- ・ お母さん等のリフレッシュのために子どもを預かる など

会員の交流や親睦のための季節行事、子育てに関する講習なども行っています。

● 会員の種類

- ① 依頼会員(子どもを預かってほしい人) = おおむ



ね0歳から小学校6年生までの同居の子どものいる人

- ② 提供会員(子どもを預かることができる人) = 健康で援助活動に熱意を持っている人
※可能な時間帯で活動できます

- ③ 両方会員(依頼会員と提供会員を兼ねる人)

● 援助の報酬 援助を受けた依頼会員は、規定の報酬実費を提供会員に支払います。

- ▷ 月曜日～金曜日(7時～21時) = 300円 / 30分
- ▷ 上記時間外、土・日・祝日及び軽度の病児保育 = 400円 / 30分

● 入会・登録料 無料(補償保険加入)

● 入会手続 ファミリーサポートセンター事務室(総合福祉会館内)で受け付けをしています。

☎・FAX 42・4011

(月～金 午前9時～午後5時)

E-mail: famisapo@bz01.plala.or.jp

● 問い合わせ先

子育て健康課 ☎43・6808

ファミリーサポートセンター ☎42・4011

特定医療費(指定難病)受給者証更新交付申請手続きのお知らせ

● 対象者 有効期間が平成28年12月31日まで有効の特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの人で、平成29年1月1日以降も引き続き受給者証の交付を希望される人

● 更新受付期間(予定)

10月3日(月)～11月30日(水)

※12月28日まで更新申請の受付は可能です。ただし、新しい受給者証の発送は、1月1日以降となりますので、ご注意ください。

● 手続きに必要な書類 更新手続きのご案内は、9月末までに、各受給者宛に郵送でお送りします。

※案内が10月上旬までに届かない場合は、必ず窓口までご連絡ください。

● 申請・問い合わせ先

赤穂健康福祉事務所(赤穂保健所)

地域保健課 ☎43・2321

第91回心臓病教室開催のお知らせ

● 日時 10月23日(日) 午前10時～11時30分

● 場所 赤穂市民病院 3階講義室

● 内容 ①「自宅で出来る筋力アップ訓練」

理学療法士 柴田 春佳

②「大動脈瘤について」

循環器科医師 野田 怜

● その他 参加費は無料(事前申し込みも必要ありません)

● 問い合わせ先 赤穂市民病院 地域医療室

☎43・8458



あこウ食育フェア2016を開催します

毎日の生活の基本となる食について共に学び、考えましょう!

● 主催 赤穂市・赤穂市いずみ会

● 日時 10月19日(水) 午前10時～午後2時

● 場所 赤穂すこやかセンター

※駐車場に限りがあるため、乗り合わせてお越しください。

● 内容 ▷食と運動コーナー(いきいき百歳体操の紹介等)▷食と健康コーナー(食事バランスチェック・骨密度測定・血管推定年齢測定・手洗いチェックなど)▷食文化コーナー(試食)▷



昨年の食育フェアの様子

地産地消コーナー(地場農産物及び加工品の展示・販売)▷学校給食コーナー(給食の展示など)▷朝ごはんレシピコンテストコーナー(応募作品の展示)

● 問い合わせ先 保健センター ☎46・8701

9月10日～16日は自殺予防週間です

全国で毎年2万人を超える尊い命が自殺によって失われています。

もし悩みを抱えていたら一人で悩まず、まずは相談してみましょう。

身近にいる人の悩みに気づいたら、声をかけ、悩みを話してくれたら、話をそらしたり、否定したり、安易に励ましたりせず、じっくり話を聴いて相談窓口を紹介してあげてください。

一人ひとりが身近な人の様子を気にかけて、こころのサインに気づくことが、いのちを守ることに繋がります。

● こころの健康相談統一ダイヤル

☎0570・064・556

月曜日 0:00～8:30、18:00～24:00

火～金曜日 0:00～8:30、9:30～11:

30、13:00～15:30、18:00～24:00

土・日・祝日 24時間対応

● よりそいホットライン

☎0120・279・338 (24時間対応)

● 保健センター

☎46・8701 (平日 8:30～17:15)

9月24日～30日は結核予防週間です

結核は正しい知識をもって予防しましょう

結核とは結核菌によって主に肺に炎症がおこる病気です。

日本では平成26年中に19,615人(兵庫県では1,036人)の結核患者が新たに発生しています。特に65歳以上の年齢層の結核患者が増加しています。

また全国では2,099人が結核で亡くなっており、結核は決して過去の病気ではありません。

結核は結核菌が咳やくしゃみと一緒に空気中に飛び散り、それを周りの人が吸い込むことによって感染がおこります。感染しても必ず発病するわけではなく、通常は免疫力によって結核菌の増殖を抑え込みます。増殖を抑えきれなくなると結核

を発病します。結核の主な症状は咳、痰、微熱、時に血痰、食欲低下、体重減少がみられます。咳などが出現し2週間以上続く場合は要注意ですので必ず医療機関を受診しましょう。予防のポイントは①予防接種(BCG)、②マスク着用などの咳エチケット、③定期健診、④有症状時の早期受診です。

また、結核を発病した場合、一定期間正確に服薬すれば治ります。健康福祉事務所(保健所)では結核の治療に関する支援をしています。

● 問い合わせ先

赤穂健康福祉事務所 地域保健課 ☎43・2321