

お元気 ですか

院内助産「うぶごえ」が始まりました！

産婦人科では、医師・看護師が協力し、妊婦さんに“安心で安全な出産”を迎えていただくよう努めています。

8月から院内助産「うぶごえ」という助産体制を始めました。

ここでは、「うぶごえ」助産師がチームを組み、妊婦さんと信頼関係を築き、妊婦健診から出産立会い、産後までの継続したケアを行います。

出産には、家族みんなで立ち会うこともでき、妊婦さんにとって安心できる環境が提供できます。

そして、「うぶごえ」を始めたことで、みなさんのニーズや意向に沿った満足のいくお産を提供させていただきます。

詳しくは、担当までお気軽にお問合せください。

「さい帯箱」を入れる
助産師手作りの
きんちゃく袋



問 市立長浜病院 院内助産「うぶごえ」担当者
(☎☎2305)

「骨にも健診を」



市立長浜病院
整形外科

は せ が わ や す た か
長谷川 泰隆 先生

近年、介護を要する人や寝たきりになる人が急速に増えています。2004年の厚生労働省の調査では65歳以上の人が要介護になる原因で3番目に多いのが「骨折、転倒」でした。

骨粗鬆症は骨の中がスカスカの状態になり、骨

がもろくなる病気で、ちょっとした転倒でも骨折するようになってしまいます。たかが骨と考えがちですが、骨折した部位によっては寝たきりになることが少なくありません。なかでも脚の付け根を骨折した場合、約3分の1が歩けない、または、介助でなんとか歩けるという状態になってしまうと言われています。

骨粗鬆症の治療は骨密度の値を参考に骨折の危険性に応じて選択されます。がんや脳卒中、心筋梗塞のようにそれ自体が生命を脅かす病気ではありませんが、生涯健康でいるために血圧やコレステロールの値を気にするように骨密度の値にも気をかけ、健診を受けていただけたらと思います。

院内助産「うぶごえ」で、
最初に出産された松田薫さん(米原市)に
感想をお聞きしました

Q. 院内助産「うぶごえ」を利用しようとしたきっかけを教えてください。

A. 担当の先生から、“よりきめこまかいサポートができますよ”と説明をいただいたことでお願いをしました。

Q. 院内助産「うぶごえ」を利用していかがでしたか。

A. 健診時に、担当の助産師さんが毎回立ち会ってくださったので、自然と信頼のおける存在となって、安心して出産を迎えることができました。出産当日も陣痛時のマッサージから産後の処置まで、担当の助産師さんを通して対応していただきました。

信頼のおける助産師さん達のチームワークの良さ、先生との連携。本当に私にとって“安心で安全な出産”となりました。心から感謝をしています。これからもがんばってください。ありがとうございました。



↑松田さん親子と担当された助産師のみなさん

お知らせ

高齢者のみなさんへ

インフルエンザ予防接種を実施します

問 健康推進課
(☎☎7779)

インフルエンザは、普通の風邪と比べ、高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が強いのが特徴です。高齢者がかかると、肺炎等の合併症を引きおこしやすい病気です。

そのため、市では、高齢者のみなさんを対象にインフルエンザの予防接種を実施します。ご希望の方は、この機会に予防接種を受けましょう。

なお、このインフルエンザ予防接種は、新型インフルエンザA(H1N1)に対する予防効果は期待できません。

【実施期間】 10月15日(木)～12月31日(木)

※年末や土日祝日は、医療機関が休診される場合がありますので事前にご確認ください。

【接種場所】 市内各医療機関

※その他、米原市、東浅井郡、伊香郡内の医療機関でも接種できます。(健康推進課までお問合せください)

【対 象】 市内在住で接種日において次の①または②にあてはまる人

①65歳以上の人

②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能にしょうがいがある人(身体障害者1級程度)

【費 用】 個人負担2,000円

※生活保護世帯の人は、申請により事前に健康推進課で無料券を交付します。

【申込方法】 予約制ですので、必ず事前に医療機関へお申込みください。

【持 ち 物】 健康保険証、負担金、住所が確認できるもの

【そ の 他】 長浜市、米原市、東浅井郡、伊香郡以外の医療機関または施設で接種を希望される場合は、事前に健康推進課までお問合せください。



幼児インフルエンザ 予防接種補助金交付事業

市では、子育て世代の負担を軽減するために、幼児のインフルエンザ予防接種(季節性インフルエンザ)について補助金を交付します。

【対 象 者】 市内に住み、次の①、②の両方に該当する幼児の保護者

①満1歳から小学校就学までの幼児

②同年度中にインフルエンザ予防接種を2回受けた幼児

【補助金額】 1,000円

【申請期間】 平成21年10月15日(木)～平成22年3月15日(月)

【申請方法】 必ず接種前に健康推進課(長浜市保健センター・浅井保健センター・びわ保健センター)で申請に必要な書類をもらってください。

※幼児インフルエンザ予防接種は予防接種法に基づかない任意の予防接種です。この制度は子育て世代の負担を軽減するため、費用の一部を助成するものであって、インフルエンザ予防接種を勧めるものではありません。

問 長浜市保健センター (☎☎7779)
浅井保健センター (☎☎2446)
びわ保健センター (☎☎4602)

【日程】

日 時	内 容
①11月13日(金)	高齢者に起こりやすい病気について(医師の講義)
②11月19日(木)	身体機能評価の意義
③12月10日(木)	体力測定の方法
④12月17日(木)	運動機能低下予防体操の意義と効果
⑤ 1月14日(木)	口腔機能向上・低栄養予防
⑥ 1月19日(火)	調理実習

※時間は、①～⑥が13時30分～15時30分、

⑥が9時30分～13時

※会場は、いずれも浅井文化ホール(内保町)

【定 員】 30人(先着順)
【受講料】 無料
【締切り】 10月30日(金)
【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。
*講座全過程に出席できる人
*高齢者の「介護予防」に関心があり、身近な地域の集まりなどで支援や活動をしていただける人
*運動機能向上・低栄養予防・口腔機能向上についての知識や技術を学び、市で実施する介護予防事業などに協力していただける人を養成する講座を開催します。

サポーターの活動の様子(出前講座)



受講生募集

介護予防地域づくりを目指して
介護予防サポーター養成講座
(浅井会場)

市では、元気で活動的な高齢期を過ごしていただくために、「介護予防活動」を推進しています。

運動機能向上・低栄養予防・口腔機能向上についての知識や技術を学び、市で実施する介護予防事業などに協力していただける人を養成する講座を開催します。

【対象者】 長浜市内在住で

高齢者の「介護予防」に関心があり、

身近な地域の集まりな

どで支援や活動をして

いただける人

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定 員】 30人(先着順)

【受講料】 無料

【締切り】 10月30日(金)

【申込方法】 電話で、高齢福祉介護課(☎7789)へ。

*講座全過程に出席でき

る人

【定