

お知らせ

申 長浜地域包括支援センター
北部地域包括支援センター
(☎65-7841)
(☎82-5905)

市では元気で活動的な高齢者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】 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

【定員】 30人
*講座の全課程にできるだけ出席可能な人

【受講料】 無料

【申込方法】 6月23日(木)までに電話で次まで

【日程】	日 時	内 容
	①6月30日(木)	高齢者に起こりやすい病気と介護予防について
	②7月 5日(火)	運動機能向上の意義と体力測定について
	③7月12日(火)	体力測定の実際
	④7月28日(木)	運動機能向上体操の意義と効果について
	⑤8月 4日(木)	口腔機能向上と低栄養予防について
	⑥8月23日(火)	低栄養予防のための食事 (調理実習)
	⑦9月 6日(火)	認知症の理解とうつ予防

*時間は①～⑤、⑦は13時30分～15時30分⑥のみ9時30分～13時30分
*場所はすべて、湖北公民館 (湖北支所南隣)



健康教室開催のお知らせ

【と き】 6月9日(木) 13時30分～ **【と ころ】** 市民交流センター ホール (地福寺町)

【テーマ】 「災害時における口の健康とからだの健康」

【講 師】 市立長浜病院 口腔外科 山口 昭彦 先生

問 湖北医師会 (☎74-3707)

「子どもの人権110番」強化週間

☎0120-007-110

(フリーダイヤル：大津地方法務局人権擁護課内)

小・中・高校生の皆さんやご家族の皆さん、ひとりで悩まずお電話を！

【期 間】 6月27日(月)～7月3日(日)

【時 間】 平日：8時30分～19時
土・日曜日：10時～17時

【相談内容】 いじめ、体罰、不登校、虐待など、子どもの人権にかかわる問題について

【相談員】 人権擁護委員および法務局職員

問 大津地方法務局人権擁護課
(☎077-522-4673)
大津地方法務局長浜支局
(☎62-0565)



一人ひとりが、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現を目指し、国では、毎年6月23日から29日までの一週間を「男女共同参画週間」としています。今年のキャッチフレーズは「チャンスをかち、未来を拓こう」です。

日本ではまだまだ、性別による役割分担意識が根深く残っており、職場などで指導的な立場で活躍する女性が少ないのが現状です。

問 人権施策推進課 (☎65-560)

この機会に、暮らしの中における男女のパートナーシップ(協力関係)について考えてみましょう。



ポジティブ・アクションのシンボルマーク (厚生労働省)

一人ひとりが、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現には、一人ひとりの理解と取り組みが必要とされています。

この機会に、暮らしの中における男女のパートナーシップ(協力関係)について考えてみましょう。

問 人権施策推進課 (☎65-560)

人権ってなあに

6月23日～29日は「男女共同参画週間」です

お知らせ

市立病院通信 -③-

お元気ですか



市立長浜病院
呼吸器外科責任部長
田久保 康隆先生

呼吸器の病気とタバコと検診

このコーナーでは、市立長浜病院のドクターの紹介を兼ねて、「普段の生活での予防法」など生活に役立つ「健康豆知識」を紹介します。

皆さん、はじめまして。この4月に市立長浜病院に参りました田久保です。どうぞよろしくお願ひします。

現在、当院が湖北地域の皆さんの唯一の呼吸器疾患の専門機関となつています。その責任を自覚し気の引き締まる思いで日々の診療にあたっております。

不幸にして呼吸器の病気になつてしまつたら、当院で私たち呼吸器科のチームがしっかりと治療にあたらせていただきますが、病気にならないに越したことはありません。それには予防医学や日ごろの生活習慣、そして定期健康診断(検診)が大事なこととなります。そこで重要なのは、ご存知

問 市立長浜病院 (☎68-2300) (代表)

のとおりタバコです。世界保健機構(WHO)は20世紀にタバコにより1億人が死亡したと発表しています。現在世界で10億人を超える人が喫煙しています。そのうち約半分の5億人はタバコにより死亡するであろうと予想されています。怖いですね。まわりの人に対する影響も大事で、喘息や副鼻腔炎、肺がんなどは、タバコを吸わない人の家族に比べて喫煙者の家族に多かつたという研究結果もあります。自分ではタバコをやめられないとお考えならば、是非、当院の禁煙外来も考慮してください。

また、検診も病気の予防と早期発見早期治療にはとても大事です。肺癌は早期では症状がなくレントゲンやCTのみでわかる病気です。また、進行してなかなか症状が出にくいので、症状が出たときにはもうすでに末期癌である場合もありました。毎年検診をしっかり受けていただくことをつよくお勧めします。

遺伝カウンセリング始めました

親から子へと遺伝する『遺伝性(家族性)乳がん』をご存知ですか？



乳腺外科
東出 俊一 先生

日本では年間4万人以上が乳がんと診断されています。そのうち遺伝の影響を受けて発症したと考えられる人が約10%あり、この乳がんを『遺伝性(家族性)乳がん』といいます。

市立長浜病院では、県下初の乳がんの遺伝カウンセリングを開設し、遺伝性(家族性)乳がんの検査ができるようになりました。

遺伝カウンセリングでは、専門の医師・看護師が対応し、遺伝性の病気や遺伝子検査、家族(血縁者)のことについて相談することができます。また本人や家族の病気の状況をお聞きして、治療や検診などについて話し合います。

遺伝性(家族性)乳がんの検査は、採血検査で血液からDNAを取り出し、その中から乳がんの遺伝に関する遺伝子を調べます。この検査で、早期発見や早期治療といった適切な医療が可能になります。

<遺伝カウンセリングのご案内>

- ◆診療日時 毎週火・木曜日 15時～17時 (完全予約制)
- ◆遺伝カウンセリング料金 初回 6,000円(税込)
2回目以降 3,000円(税込)

- ・遺伝カウンセリングは医療保険対象外です。
- ・遺伝子検査は別途、実費負担となります。

問・申 市立長浜病院がん相談支援センター
(☎68-2354 <直通>、
Eメールsoudan@nagahama-hp.jp)