

こんにちは

◆地域包括支援センター  
☎62-8200

## 地域包括支援センターです

### —介護保険を利用した 住宅改修について—

「高齢になってもいつまでも慣れ親しんだ家で住み続けたい…。そんな時、より安全に暮らすために住宅の改修や環境整備はとても重要になってきます。

介護保険では20万円までの工事の費用の9割を補助してくれる制度があります。例えば20万円の工事をしたら、18万円は後から戻ってきます。対象になるのは、要介護認定を受けている方。また補助を受けるためには、工事前の事前申請(内容が適切かどうか判断)が必要です。工事の後に書類を出しても、補助は出ませんのでご注意ください。

住宅改修の対象となる工事の内容には、下記のようなものがあります。なおレンタル品で代用できたり、意外に対象にならない工事もあります(例えばトイレの水洗化は対象になりません)。詳しくはお近くのケアマネージャーさんや、地域包括支援センターにお尋ね下さい。

- 手すりの取り付け…廊下やトイレ、浴室、玄関など。
- 段差の解消…スロープや台の設置、床のかさ上げなど。
- 引き戸への扉の取替え・引き戸等の新設…開き戸を引き戸や折り戸、アコーディオンカーテンなどに。
- 床材の変更…部屋や浴室の床材を、滑り止め防止効果のあるものなどに。
- 便器の取替え…和式トイレを洋式トイレに取り替える。

健康ふじみ21

◆住民福祉課 保健予防係  
☎62-9134

## いきいき通信

—富士見町健康づくり計画  
「健康ふじみ21」を推進しています—

### 8月1日は「肺の日」です

がん死亡者の部位別の状況を見ると、肺が最も多くなっており、喘息や原因不明の肺疾患に罹患する方が若年者で増えており、在宅酸素療養者が12万人を超えています。さらに、呼吸器の専門家によると、全国に530万人の慢性閉塞性肺疾患(COPD)の患者予備軍があり、ほとんど医療機関にかかっている状況にあります。そこで、8月1日を「肺の日」として肺疾患の患者を増やさないように啓発活動を行っており、肺の健康についての理解を深め、呼吸器疾患の早期発見とタバコの害等の知識の普及を図っています。

肺は口から取り入れた空気、血液中の二酸化炭素と酸素の交換を行い、細胞を維持するために必要な酸素を、血液を介して供給し、生命の維持を図っています。

肺が病気になることにより、肺胞が持つガス交換機能や酸素蓄積機能が低下したり、呼吸による外部からのウイルスや細菌の侵入を防御する機能が低下します。これらの機能低下により、呼吸困難や重症な感染症になることもあり、最悪生命に関わることもあります。

特にタバコが原因の「COPD」という病気は、タバコの煙に含まれる有害な物質を吸い続けることにより、気管支や肺に慢性的な炎症が起こり、肺の機能を低下させるもので、進行性の病気で、症状も徐々に重くなり、最後は寝たきりになったり、命に関わる重い病気を併発することがある危険な病気です。

皆さんもこの機会に肺の大切さを考えて見ましょう。

## 親と子の健康ガイド

### 8月 (8月11日～9月10日)

#### ◆健康診査・予防接種

| 事業名      | 対象児           | 期日       | 集合時間                | 会場     |
|----------|---------------|----------|---------------------|--------|
| 4ヵ月児健診   | 平成23年4月生まれ    | 8月31日(水) | 午後1時                | 保健センター |
| 1歳6ヵ月児健診 | 平成22年1月～2月生まれ | 8月24日(水) |                     |        |
| 2歳児歯科健診  | 平成21年7月～8月生まれ | 9月9日(金)  |                     |        |
| 3種混合     | 生後6ヵ月～7歳6ヵ月   | 9月8日(木)  | 午後1時15分～午後1時50分(受付) |        |

#### ◆日本脳炎予防接種について

日本脳炎予防接種は、平成17年5月、厚生労働省から予防接種を控えるよう勧告が出され、町として集団接種は行っておりませんでした。一昨年新しいワクチンが承認され、使用が開始されました。

平成23年度からは、今まで接種機会の提供を受けられなかった年齢の方への接種を段階的に行う予定になっています。今年度から3・4歳児と、小学校4年生は積極的に接種していただくために個別通知をしています。この度接種を差し控えられていた平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方で、1・2期の接種が終わっていない方は20歳未満までの間接種を受けることができるようになりましたので、希望する方はお問い合わせください。

- 接種期間 1期は、1～4週間の間隔をあけて2回接種、2回目から概ね1年後に追加接種  
2期は、1期終了後6日以上の間隔をあけて1回接種(参考:通常は5年程度の間隔をあけます)

問 住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134

【毎月19日は  
食育の日です】



暑さで食欲が落ちる時期です。トウガラシやニンニク、酢、薬味を効かせて3食しっかり食べましょう。

「健康ふじみ21」栄養食生活推進員 小学校養護教諭