

なるほど!

健康コーナー

「転倒予防のための運動教室」 参加者募集のお知らせ

転倒予防のための知識を学び、家庭での運動習慣を身につけるための運動教室です。

- 1 参加資格
- ① 65 歳以上
 - ② 過去 1 年間の間に転倒あるいは転びそうになったことのある人（氷・雪道は除く）で、転倒に対して不安を感じている人
 - ③ 介護保険の認定を受けていない
- 以上の 3 つの条件を満たす方



- 2 実施期間 5 月～7 月（3 か月間）毎週 1 回
- 3 実施内容 個別（メニューでの運動指導）・集団での運動指導および講話

4 実施場所

山東老人福祉センター	毎週水曜日 午前10時～11時30分
和田山保健センター	毎週水曜日 午後2時～3時30分
生野保健センター	毎週金曜日 午前10時～11時30分
朝来福祉多目的ホール	毎週金曜日 午後2時～3時30分

- 5 募集人員 各支所 10 名程度
個別に運動プログラムを作成するため、人数を限らせていただきます。
定員になり次第締め切らせていただきますのでご了承ください。

- 6 申し込み・受付 4 月 12 日（水）午前 10 時から受け付けます。各支所に連絡してください。

- 7 参加費 無料
- 8 その他 通所方法については原則ご自分でしていただきますが、困難な場合は送迎等ご相談に応じます。



<問い合わせ>

生野保健センター	電話 679 - 4890
健康課（和田山保健センター）	電話 672 - 5269
山東支所市民課	電話 676 - 2080
朝来支所市民課	電話 677 - 2110

平成 18 年度アスベスト（石綿）関連疾患の 検診について

アスベスト（石綿）による健康被害が問題になっており、健康不安解消のため、市で実施しています肺がん検診においてアスベストにかかる検診を行います。

朝来市では、以下のように行ないます。

1 対象者について

- ① アスベスト関連工場で働いていた方
- ② アスベスト関連工場近隣に居住していた方
- ③ アスベストによる関連疾患を心配している方
- ④ 家族にアスベストと思われる肺の病気をした人がいる等

2 検診について

上記の 1 のような方で、アスベスト検診を希望される方は、市で実施する肺がん検診（地区および梁瀬病院で実施する総合健診）にあわせて実施いたします。

希望者は、アスベストに関連した問診を行い、肺がん検診時にとったフィルムでアスベスト関連疾患の検診を検診機関にお願いします。事前に問診票を送付しますので、右記まで連絡をください。

3 費用

地区実施の総合健診

…200 円（肺がん検診の料金のみで追加料金なし）

*ただし、事前申し込み

梁瀬病院実施の総合健診

…基本健診・肺がん・胃がん・大腸がんのセット検診と同時実施（6,300 円、70 歳以上は 3,900 円）

※梁瀬病院でのアスベストにかかると検診は、CT 検査を受けていただきます。CT 検査料は自己負担となります。

4 アスベスト関連疾患の症状がある場合は？

過去にアスベストを吸う業務についていた方、アスベストを吸い込んだ可能性のある方で呼吸困難、咳、胸痛などの症状がある場合は、兵庫県和田山健康福祉事務所（電話 672 - 6870）か医療機関にご相談ください。

■問い合わせ

健康課（和田山保健センター）
Tel. 672 - 5269
生野保健センター
Tel. 679 - 4890
山東支所市民課
Tel. 676 - 2080
朝来支所市民課
Tel. 677 - 1165(代)

福祉医療の 手続きについて

◆手続きが必要な方

- この春、新たに小学生になる児童の保護者の方（就学児童医療）
- 所得制限の緩和により資格停止が解除となる「乳幼児医療」・「就学児童医療」の受給者の方
- 児童が、この春高校を卒業された「母子家庭等医療」の受給者の方

福祉医療の申請が必要な方には、直接ご案内をしていますが手続きはお済ですか？

福祉医療の資格取得は、申請月の初日となります。手続きがまだの方は、4 月中に申請をしていただきますようお願いいたします。

◆ご不明な点がありましたら、
市役所市民課（Tel. 672 - 6120）
又は各支所市民課までお問い合わせ下さい。