

各種相談

年金相談

5月13日 9時30分～12時、13時～15時30分
美祢市役所 第一会議室

予約先 宇部年金事務所【☎0836(33)7111】

農業問題相談

5月20日 10時～12時 農業委員会事務局

予約先 農業委員会事務局【☎0837(52)5241】

※開催日の1週間前までに予約が必要です。

行政相談

5月20日 10時～12時 美祢市役所 3階会議室

5月20日 13時30分～16時30分

美東地域福祉センター

5月27日 13時30分～16時30分 嘉万公民館

心配ごと相談

毎週水曜日 13時30分～16時30分（受付16時まで）

5月13日 於福公民館、秋芳地域福祉センター

5月20日 美祢市社会福祉協議会、
美東地域福祉センター

5月27日 美祢市社会福祉協議会、嘉万公民館

職業相談

5月13日 10時～11時 美祢市美東センター

5月13日 12時30分～16時 サンワーク美祢

5月27日 10時～11時 嘉万公民館

5月27日 12時30分～16時 サンワーク美祢

問合せ先 宇部公共職業安定所【☎0836(31)0164】

人権相談

5月13日 13時30分～16時30分

秋芳地域福祉センター

5月20日 10時～15時 美祢市役所 3階会議室

5月20日 13時30分～16時30分

美東地域福祉センター

司法書士による無料法律相談会

5月7日 13時～15時 美東総合支所

※6月4日 13時～15時 美祢市役所
（※5月28日 予約開始）

弁護士による無料法律相談

5月21日 13時30分～15時20分 美祢市役所

（5月14日 予約開始）

予約電話 市民相談室【☎0837(52)5230】

日曜休日当番医

美祢市医師会	診療時間	9時～17時
5月3日	ともの園クリニック	〔於福町萩原 ☎0837(56)5000〕
5月4日	札幌クリニック	〔大嶺町吉則 ☎0837(52)2847〕
5月5日	藤村内科クリニック	〔大嶺町前川通 ☎0837(54)1420〕
5月6日	原田外科医院	〔大嶺町前川通 ☎0837(52)0756〕
5月10日	中元医院	〔伊佐町稻荷町 ☎0837(53)0323〕
5月17日	白井クリニック	〔於福町金山2区 ☎0837(56)1122〕
5月24日	山本医院	〔大嶺町中村上 ☎0837(52)1516〕
5月31日	三澤医院	〔西厚保町大村 ☎0837(58)0011〕

美祢郡医師会	診療時間	9時～17時
5月3日	美東病院	〔美東町大田 ☎08396(2)0515〕
5月4日	時澤医院	〔秋芳町秋吉 ☎0837(62)0015〕
5月5日	美東病院	〔美東町大田 ☎08396(2)0515〕
5月6日	吉崎内科医院	〔美東町大田 ☎08396(2)5066〕
5月10日	美東病院	〔美東町大田 ☎08396(2)0515〕
5月17日	あきよし竹尾クリニック	〔秋芳町秋吉 ☎0837(63)0088〕
5月24日	美東病院	〔美東町大田 ☎08396(2)0515〕
5月31日	さかい内科クリニック	〔秋芳町秋吉 ☎0837(62)1200〕

保健だより

健康相談

5月13日 9時30分～11時
別府公民館

育児学級【前期】

5月14日 13時30分～16時
美祢市保健センター

育児相談

5月8日 13時30分～15時
美祢市保健センター

育児学級【後期】

5月15日 10時～11時30分
美祢市保健センター

5月12日 9時30分～11時30分
秋芳保健センター

5月20日 10時～11時30分
美祢市保健センター

5月21日 9時30分～11時30分
美東保健福祉センター

お詫びと訂正

先月号（4月号）の平成27年度
美祢市税・料 納付カレンダー
（12頁）にて下水道事業受益者負
担金の担当課の電話番号に誤りが
ありました。

正しくは以下の通りです。

【☎0837(52)0795】

大変ご迷惑をお掛けしました。

豊田前愛のまごころ矯正展2015

日頃から当センターへのご理解とご支援をいただきありがとうございます。さて、今年も矯正展を開催しますが、今回から「豊田前愛のまごころ矯正展2015」と名称を変えて実施します。当センターで実施している矯正処遇の紹介、刑務作業製品の展示・即売のほか地域の皆さんにもご参加いただき、地域ぐるみのイベントにしたいと考えています。この機会にぜひお越しいただき、センターでの業務に携わっている国の刑務官やSPC民間職員への温かいご支援とセンター生の改善更生と社会復帰について、ますますのご理解をいただければ幸いです。



- 日時 5月24日回 9時～15時
- 場所 美祢社会復帰促進センター
- 内容 矯正広報コーナー、刑務作業製品展示・即売コーナー、美祢市更生保護女性会によるバザー、地元「ふれあいセンター」による朝市（野菜、海産物等）、地元保育園児によるお遊戯、施設見学（希望者多数の場合は先着順）、その他各種イベント企画ほか

問合せ先 美祢社会復帰促進センター【☎0837(57)5131】

介護予防でいつまでもきらめいて！！ 健康自立度調査(基本チェックリスト)をつけてみましょう

65歳以上の要介護、要支援認定を受けていない人を対象に、健康自立度に関する調査票（基本チェックリスト）を郵送します。

調査票の回答は、「はい」、「いいえ」の二択となっています。これに回答することにより、運動機能や生活力などの心身機能の低下がみられるかどうかを判定します。

返信の期日までに回答された場合は、個別に「結果アドバイス票」を送付しますので、自分の健康状態を見直し、介護予防に取り組むきっかけとして、調査票（基本チェックリスト）をつけてみましょう。

調査票（基本チェックリスト）が届いたら…

- ①質問の回答を記入し、返信用封筒で返送してください。
- ②回答内容により健康自立度を判定し、その結果を「結果アドバイス票」として送付します。
- ③運動機能や生活力などの心身機能の低下がみられると判定された場合は、「きらめきシニア」介護予防プログラムへの参加をお勧めします。
- ④地域包括支援センター職員が相談に応じますので、それぞれに適した「きらめきシニア」介護予防プログラムに参加しましょう。

介護予防に取り組みましょう！！

高齢者の介護が必要となった原因の多くは、筋力の低下や低栄養状態など、生活機能（日常生活で必要となる機能）の低下によるものといわれています。

生活機能の低下を防ぐため、元気なうちから介護予防に取り組みましょう。

- ◆毎日の生活に運動の習慣を取り入れましょう。
- ◆おいしく楽しく、バランスのよい食事をとりましょう。
- ◆毎食後に歯磨きをするなど、お口の健康に気をつけましょう。
- ◆外に出かける楽しみを見つけましょう。
- ◆身の回りのことは自分でするなど、認知症を予防しましょう。

いつまでも自分らしく元気に暮らすため、健康自立度調査に回答し、「きらめきシニア」介護予防プログラムを利用してみましょう。



きらめきシニア

△介護予防における「二次予防事業対象者」呼び名募集の最優秀賞作品

問合せ先 高齢福祉課【☎0837(52)1132】

美祿市立病院診察日程表

	月	火	水	木	金	
初期診療	古賀:(毎週月曜日)8時45分から診察。受付時間は8時15分から16時30分まで。					
内科	李(循環器系)	山大医師交代制	花園(消化器系)	李(循環器系)	小川(消化器系)	
	田部(血液・内分泌系)		小林(循環器系)		小田(循環器系)	
外科	本間	岡田	田中	田中	本間	
脳神経外科	末廣	松永	松永	古谷	松永	
泌尿器科	河村	河村	松本	河村	河村	
(受付時間)	8時15分～11時30分					
(診察時間)	8時45分～ ※内科：火・水曜日小林先生・金曜日小田先生のみ10時30分～ ※脳神経外科：月曜日のみ10時～ ※泌尿器科：水曜日のみ9時30分～					
整形外科	徳重		川添	小田	小笠	
(受付時間)	8時15分～11時30分		8時15分～10時30分	13時～15時	8時15分～11時30分	
(診察時間)	9時～		9時～	13時30分～	9時～	
耳鼻咽喉科	松田	松田	下郡	松田	下郡	
(受付時間)	8時15分～15時	8時15分～11時30分	8時15分～15時	8時15分～11時30分	8時15分～15時	
(診察時間)	13時～	8時45分～	11時～	8時45分～	14時～	
眼科	松永			永井		
(受付時間)	8時15分～16時			8時15分～11時30分		
(診察時間)	13時～			9時～		
小児科	午前	飯田(小児一般)	梶本・高橋 (小児一般) ※隔週交代	楠田(小児一般)	長谷川(アレルギー)	工藤(未熟児・新生児)
	午後				高橋(小児一般)	
(受付時間)		8時15分～11時30分	8時15分～11時30分	8時15分～11時30分	8時15分～11時30分	8時15分～11時30分
					13時～16時30分	
(診察時間)		9時～12時	9時～12時	9時～12時	9時～12時	9時～12時
					14時～17時	
予防接種及び乳児健診(要予約) 午前：月～金曜日(10時30分～11時) 午後：木曜日(14時30分～16時30分)						
皮膚科	一宮：(第2・4水曜日)13時から診察。受付時間は8時15分から14時30分まで					
精神科	中野:(火曜日)13時30分から診察。受付時間は13時から15時まで ※院内紹介患者のみの診察となります。					

※診察医は都合により変更する場合があります。(総合受付・外来受付に掲示)

※診察の順番は受付順ですが、検査の都合または呼び出し時不在の場合、順番が前後する場合があります。

問合せ先 美祿市立病院事務部 ☎0837(52)1700

美祿市立美東病院診察日程表

※は、非常勤医師

診療科		月	火	水	木	金	
内科	午前	1診	竹中(消化器系)	竹中(消化器系)	村上泰(内科系全般)	村上泰(内科系全般)	※廣重(糖尿病外来)
		2診	藪下(消化器系)	中島(消化器系)	藪下(消化器系)	竹中(消化器系)	藪下(消化器系)
		3診	※文本(循環器系)	村上泰(内科系全般)	/	村上不(内科系全般)	竹中(消化器系)
		4診	/	村上不(内科系全般)	村上不(内科系全般)	/	中島(消化器系)
	午後	※文本(循環器系)	/	※前田(循環器系)	/	/	
(受付時間)		8時30分～11時30分					
(診察時間)		9時～ (月・水曜日の午後の診察は14時～)					

検診センター	※五 嶋	森 岡	※仁 志	※佐々木	※瀬 川
--------	------	-----	------	------	------

外科	午前	森 岡	森 岡	森 岡	森 岡	森 岡
(受付時間)		8時30分～11時30分				
(診察時間)		9時～				
		急患については、午後も随時受付します。				

整形外科	午前	※吉 田	※小 田	/	※小 田	※小 田
	午後	/	/	※寒 竹	/	/
(受付時間)		8時30分～11時30分	8時30分～11時30分	8時30分～15時30分	8時30分～11時30分	8時30分～11時30分
(診察時間)		9時～	9時～	14時～	9時～	9時～

リハビリテーション科	午前	※石田:(毎週木曜日) 9時から診察。受付時間は8時30分から11時30分まで				
------------	----	---	--	--	--	--

皮膚科	午前	※武藤:(第1・3・5木曜日)、※浪花:(第2・4木曜日) 9時から診察。受付時間は8時30分から11時30分まで				
-----	----	---	--	--	--	--

眼科	午前	/	※守 田	/	/	/
	午後	/	/	※小 林	※波多野	/
(受付時間)		/	8時30分～11時30分	8時30分～15時30分	8時30分～15時30分	/
(診察時間)		/	9時～	14時～	14時～	/
毎月第4木曜日は手術予定者専用外来です (お間違えの無いようお願いします)						

婦人科	午前	※土井:(毎週金曜日) 9時から診察。受付時間は8時30分から11時まで				
-----	----	--------------------------------------	--	--	--	--

耳鼻咽喉科	午後	※菅 原	/	※原	/	※橋本
	(受付時間)	8時30分～15時30分	/	8時30分～15時30分	/	8時30分～15時30分
(診察時間)	13時～	/	13時～	/	13時～	

問合せ先 美祿市立美東病院事務部 ☎08396(2)0515

マタニティセミナー・スペシャルセミナー(妊婦・両親学級)

妊婦さんが安心して出産を迎えるための教室を開催しています。
助産師さんや栄養士さんからお話を聞く、貴重な機会になりますよ。
また、同じ時期に出産を迎えられる人と知り合うことができる場になります。
お気軽にご参加ください。

対象：妊婦と夫(家族)
場所：美祢市保健センター
※1回のみでも受講可能
開始10分前より受付開始

日時	内容	持参するもの
1回目(妊婦学級) 5月1日 土 13時30分～16時	講話 ・ママの体と心の変化 ・妊娠中の過ごし方 ・産後の母乳育児について ・ママと赤ちゃんのお口のケア	母子健康手帳 筆記用具
2回目(妊婦学級) 5月7日 木 9時30分～12時	講話 ・妊娠中の栄養 ・産後ママの食事のポイント ・母乳のヒミツ ランチ試食会	母子健康手帳 筆記用具 お米0.5合 材料費1人200円
3回目(両親学級) 5月16日 土 10時～13時	講話 ・パパママに聞いて欲しい分娩前後の話 妊婦疑似体験 沐浴体験	母子健康手帳 筆記用具
スペシャルセミナー(妊婦学級) 6月16日 木 13時30分～15時	お産の流れのわかるDVD鑑賞 マタニティビクス 助産師さんがみんなに伝えたいこと	母子健康手帳 筆記用具

申込・問合せ先 美祢市保健センター ☎0837(53)0304

東日本大震災義援金の受付について

東日本大震災発災直後から開始した東日本大震災義援金の受付期間を延長します。

未だ多くの被災者が避難生活を強いられているため、岩手県・宮城県・福島県・茨城県の被災4県にお届けする義援金の募集を行います。皆さんのご協力をお願いします。

	受付口座	受付口座
日本赤十字社	山口銀行山口支店 (普) 852446	ニホンキョクジユウシャヤマクケンブ シブチウ ムラカツクマシ 日本赤十字社山口県支部 支部長 村岡嗣政

問合せ先 日本赤十字社山口県支部美祢市地区(地域福祉課内) ☎0837(52)5228

5月は赤十字社員増強運動月間です

本年も、5月1日から1か月間「赤十字社員増強運動」が、全国一斉に展開されます。

日本赤十字社は、災害時の医療救護活動、救急法等の講習普及、赤十字精神あふれる青少年やボランティアの育成、国際救援などの人道的活動を行っており、自動体外式除細動器(AED)の設置、救援物資の備蓄などを行っています。

これらの活動は、皆様から寄せられる活動資金に支えられています。

「人間のいのちと健康、尊厳を守る」赤十字活動へのご理解と活動資金へのご協力をお願いします。

平成26年度実績額 **5,098,250円**

たくさんの社資をお寄せいただきありがとうございました。本年度もぜひ、同額以上のご協力をお願いします。

※日本赤十字社では、「健康で安全な生活」に役立つ講習会の講師を派遣しています。

講習には、「救急法」、「水上安全法」、「雪上安全法」、「家庭看護法」、「幼児安全法」、「家庭あんま術」があります。

詳しくは、地域福祉課まで問い合わせください。

問合せ先 日本赤十字社美祢市地区(地域福祉課内) ☎0837(52)5228