

# 美祢市病児保育事業のご案内

## ～子育て中のご家庭の皆さまへ～

4月から美祢市病児保育事業が始まります。この事業は、お子さんが病気などで集団生活が困難な状態にあり、保護者の勤務等の都合により家庭での保育ができない場合に、お子さんを一時的にお預かりする事業で、保護者の「子育てと就労の両立」を支援します。

### 対象となる児童

生後6か月から小学校6年生までの児童で、医師の診断後、当面症状の急変する見込みがない児童

### 対象となる病気

- 風邪、消化不良症など乳幼児が日常的にかかる疾患
- インフルエンザなどの感染性疾患
- 喘息などの慢性疾患、熱傷などの外傷性疾患など

### 利用時間

平日の8時から17時30分（年末年始を除く）

### 利用の流れ

- ①事前登録
- ②利用希望の前日17時30分までに電話で予約する  
（当日朝の予約でも状況等により利用できます）
- ③医療機関受診時に連絡票に記入してもらう
- ④当日、医療機関の連絡票を持参のうえ、利用申請書に記入して利用する

### 事前登録について

平成31年（2019年）度の登録を3月1日から受け付けます。登録申請書に記入し、地域福祉課、各総合支所窓口へ提出してください。（4月1日以降は病児保育施設へ提出）

登録申請書は地域福祉課、各総合支所窓口に設置しています。また、子育て応援サイト「つぼみねっと」からダウンロードできます。

登録は利用当日でもできますが、もしもの時に備えて早めの登録をお願いします。

### 利用料金について

1人1日 2,000円

（利用時間が5時間以内のときは1,000円）

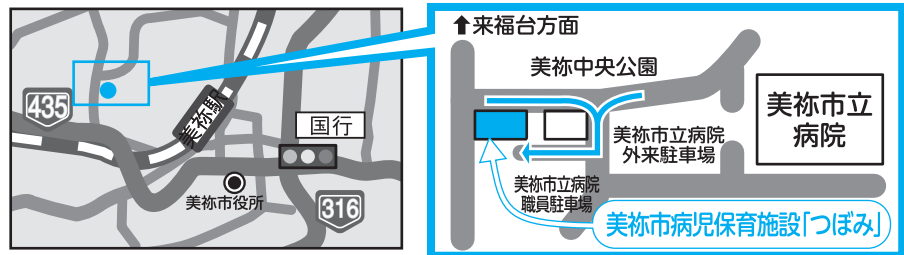
利用世帯の所得等により免除になる場合があります。

### 施設の定員

1日にお預かりできる児童は3人までです。病状や予約状況によりお預かりできない場合があります。

### 美祢市病児保育施設「つぼみ」

施設の愛称は、市民の皆さんから応募いただいた中から、親しみやすく覚えやすい「つぼみ」に決まりました。



美祢市立病院職員駐車場敷地内に開設準備中

詳しいことは、美祢市子育て応援サイト「つぼみねっと」の美祢市病児保育施設「つぼみ」ご利用案内をご覧ください。右記までお問い合わせください。

申込み・問い合わせ先

地域福祉課地域子育て支援室 ☎0837(52)5228

つぼみねっと



## 3月の日曜休日当番医

美祢市医師会		診療時間	9時～17時
3日回	中元医院	伊佐町稲荷町	☎0837(53)0323
10日回	植田救急クリニック	大嶺町曾根下	☎0837(52)9237
17日回	白井クリニック	於福町金山2区	☎0837(56)1122
21日回	山本医院	大嶺町中村上	☎0837(52)1516
24日回	三澤医院	西厚保町大村	☎0837(58)0011
31日回	野間クリニック	大嶺町長ヶ坪	☎0837(54)0510
美祢郡医師会		診療時間	9時～17時
3日回	さかい内科クリニック	秋芳町秋吉	☎0837(62)1200
10日回	美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515
17日回	時澤医院	秋芳町秋吉	☎0837(62)0015
21日回	美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515
24日回	吉崎内科医院	美東町大田	☎08396(2)5066
31日回	美東病院	美東町大田	☎08396(2)0515

## もぐもぐひろば

おひぎに抱っこで参加できる食の体験教室を開催します。

第3回は災害時に役立つ乳幼児のためのローリングストック法を紹介します。

- 日時 3月18日(日) 10時～11時
- 場所 美祢市保健センター和室
- 対象者 乳幼児の保護者
- 募集人員 10組
- 参加費 100円
- 持ってくる物 お茶、スプーン、フォーク
- 申込み期限 3月11日(日)
- 申込み・問い合わせ先 健康増進課 ☎0837(53)0304

# 保健センターだより34

～あなたの健康づくりを応援します!～

問い合わせ先 健康増進課(☎0837(53)0304)



## 3月1日～8日は、「女性の健康週間」です

女性が生涯を通じて健康で充実した日々を過ごせるよう、毎年3月1日～8日を「女性の健康週間」として、女性の健康づくり運動を推進しています。

**がん検診、受けていますか?** 子宮頸がん、乳がんは、早期発見・早期治療で、完治の確率が高まります。家族や自分のため、2年に1回のがん検診を受けましょう。

●**子宮頸がん** (検診対象者：20歳以上)

20～30歳代の若い世代に増えています。

●**乳がん** (検診対象者：40歳以上)

乳腺にできるがんで、女性がかかるがんの中で第1位です。40～50歳代の人に多くみられます。

## 生活習慣を見直してみましょう

●**禁煙しよう**

たばこは子宮がんだけでなく、多くのがんや生活習慣病の大敵です。

●**お酒は適量にしよう**

女性は1日にビール250ml程度を心がけ、週に2日は休肝にしましょう。

●**適度な運動をしよう**

閉経後の肥満は、乳がんのリスクを高めるので、肥満の予防・解消のためにも適度に運動しましょう。

## 3月は「自殺対策強化月間」です

自殺対策を推進するためには、自殺について、誤解や偏見をなくし、正しい知識を普及啓発することが重要です。例年、月別自殺者数の最も多い3月に自殺対策の強化を図るための月間です。

### 自殺予防の十箇条 (厚生労働省「職場における自殺予防」)

- ①うつ病の症状に気を付けよう (気分が沈む、自分を責める、仕事の能率が落ちる、決断ができない、不眠が続く)
- ②原因不明の身体の不調が長引く
- ③酒量が増す
- ④安全や健康が保てない (事故やケガが増える、治療薬を飲まなくなるなど)
- ⑤仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- ⑥職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦本人にとって価値あるもの(職、地位、家族、財産)を失う
- ⑧重症の身体の病気にかかる
- ⑨自殺を口にする
- ⑩自殺未遂におよぶ

### 心の健康相談(予約制)

- 日時 3月19日(火) 13時30分～15時
- 場所 美祢市保健センター
- 担当者 精神科医師、保健師等
- 申込み締切 3月11日(木)
- 申込み・問い合わせ先  
山口県宇部健康福祉センター(☎0836(31)3200)  
健康増進課 (☎0837(53)0304)

## 保健だより



### スペシャルセミナー

3月4日(日) 13時30分～15時30分 美祢市保健センター

#### 1歳6か月児健康診査

3月11日(日) 13時～13時30分 美祢市保健センター

#### 3歳児健康診査

3月15日(金) 12時30分～13時15分 美祢市保健センター

### 育児相談

3月1日(金) 13時30分～15時 美祢市保健センター

3月12日(火) 10時～11時30分 美東保健福祉センター

3月20日(火) 13時30分～15時 秋芳保健センター

### 子育てサークル (時間：10時～11時30分)

3月5日(日) 伊佐公民館

3月6日(日) 厚保公民館

3月14日(日) 豊田前公民館

## 平成31年度がん検診の変更について

平成31年度「がん検診のお知らせ」保存版(広報げんきみね。2月号No.179と同送)チラシの中で、植田救急クリニックで胃がん(内視鏡検査)検診が受診可能となつていますが受診できなくなりましたので、ご留意ください。

なお、その他○印がついているがん検診は受診可能です。

- 問い合わせ先 健康増進課  
(☎0837(53)0304)  
植田救急クリニック  
(☎0837(52)9237)

## 女性の健康づくりセミナー

ここでしか聞けない38歳若年性乳がんの体験談が聞けるセミナーを開催します。

自分でできるハンドトリートメントのレッスンもあります。

- 日時 3月23日(日) 9時30分～12時 (受付9時～)
- 会場 美祢市保健センター
- 内容 講演「ある日突然がん患者になりました～若年性がん患者が伝えたいこと～」  
講師 若年性乳がんサバイバー 井上 裕香子 氏

お楽しみ「おうちでできるアロマハンドトリートメント」  
講師 アロマセラピーセラピスト 田村 朋美 氏

- 参加費 無料
- 申込み期限 3月15日(金)
- 申込み・問い合わせ先 健康増進課  
(☎0837(53)0304)  
美東総合支所総合窓口課  
(☎08396(2)5005)  
秋芳総合支所総合窓口課  
(☎0837(62)1909)