

## 要介護認定の申請について

介護保険のサービスを利用するためには「要介護認定」を受ける必要があります。

### 1 介護福祉課の窓口⑨で申請します

●65歳以上の方(第1号被保険者)は、申請書に介護保険被保険者証(緑色)を添えて提出します。介護保険被保険者証が見当たらない場合は申請時に再発行することができます。

●40~64歳の方(第2号被保険者)は、申請書に各医療保険の被保険者証を添えて提出します。  
※申請は本人のほか、ご家族でもできます。また、次の場所でも申請の依頼ができます。

- 地域包括支援センター
- 居宅介護支援事業者
- 介護保険施設

### 2 認定調査員が訪問調査を行います

調査では、定められた項目にしたがって調査員が心身の状態について質問をします。そのほか、普段の暮らしぶりなどについて伺う場合もありますので、できるだけ具体的に日ごろの状況についてお伝えください。

### 3 主治医意見書を市が直接医療機関へ依頼します

主治医が介護に関する情報を医学的な見地から作成します。

### 4 介護認定審査会を行います

保健・医療・福祉の専門家が訪問調査や主治医意見書の内容とコンピューターの判定結果をもとに要介護度を判定します。

### 5 結果をご自宅へ通知します

※申請してから介護度が決まるまで、約1カ月ほどかかります。

### 6 介護支援専門員(ケアマネジャー)と相談します

ケアマネジャーが利用者の心身の状態や希望にあったサービスを利用できるように導いてくれます。

市介護福祉課 介護認定係 ☎54-7001

## 歯ピピートーク⑨

生まれて6カ月で生え始める歯、12〜15歳で大人の歯に生え変わり、最後まで我々の人生を支えてくれます。そのような大切な歯があるとなれば、おおいに健康状態が違ってくると思います。

愛知県知多半島の65歳以上の住民を3〜4年間追跡して研究しました。歯が多く残っている人や、歯が少なくても義歯などを入れている人では、歯が少ない人また義歯を入れない人と比較して、そのあとなりに認知症発症や転倒する危険性が低いということが分かりました。

具体的には、歯を失い、入れ歯を使用していない人は、

歯が20歯以上残っている人や歯がほとんどなくなって入れ歯で噛み合わせが回復している人より1.9倍認知症になりやすく、2.5倍転倒しやすい、また、保有する歯が19歯以下の人は、20歯以上の人より1.2倍要介護認定を受けやすいということになりました。

つまり、歯が多く残っていることや、すでに喪失していても入れ歯などで口腔機能を維持することは、健康寿命を延ばす可能性があるといえるのです。

3月は、年度の変わり目、一年の節目の月です。ぜひ、かかりつけの歯科医院で、お口の健康状態をチェックしてみたいかがでしようか。

(結城市歯科医師会提供)



## 子どものうちから歯の健康を健康は健口から

健康は口から始まると言われていきます。みなさんのお子さんの歯は健康ですか？虫歯になっていませんか？

●幼児期から虫歯になる子ども達が増えています

平成26年度の3歳児健康診査の歯科健康診査の結果、虫歯のない3歳児の割合は68.4%で、茨城県内でワースト6位でした。

●乳歯が虫歯になるとどうなるの？

成長過程である乳歯が虫歯になることは、噛む力やあごの発育にも悪影響をおよぼします。虫歯がひどい場合は、あごの骨の中で発育中の永久歯にも感染して、歯が生え替わっても虫歯になりやすくなります。

●子どものおうちからしっかりと虫歯予防することは、大人になつてからお口の健康を維持する土台となります。乳歯の虫歯を予防すると良いことがたくさんあります。

●永久歯が虫歯になる率が減る歯並びが悪くなるのを防げる

●歯周病予防につながる

●歯のケアの知識が付き、大人になつてからも歯が健康でいられる

●虫歯を予防するにはどうすればいいの？

●月齢(乳歯)にあった歯みがきをしませよう

●子どもに、食事後の歯みがき習慣をつけませよう

●小学校低学年までは、保護者が仕上げみがきをし、子どもが歯の状態を確認しませよう

●甘い飲み物やおやつなどを与える時間を決めて回数を少なくしませよう

●2歳を過ぎての、寝る前の母

市で行っている歯科に関する事業について

事業名	対象時期(年齢)	場所
5カ月児健康診査	5カ月児	市健康増進センター
1歳6カ月児健康診査	1歳6カ月児 ※2歳未満まで受診可能	
2歳児歯科健康診査	2歳6カ月児 ※3歳未満まで受診可能	
3歳児健康診査	3歳4カ月児 ※4歳未満まで受診可能	市内保育園・幼稚園 ※希望のあった園で実施
親子歯科教室	年中児(4~5歳児)	

対象時期には必ず健診を受診するようにしませよう。不明点などがありましたら、健康増進センターに問合せください。

また、平成24年度に策定した結城市健康増進計画後期計画でも歯・口の健康づくりを重点項目として取り組んでいます。子どもが歯みがきの習慣を身につけ、虫歯予防に家族で取り組ませよう。

結城市健康増進計画後期計画の内容は市ホームページをご覧ください。  
http://www.city.yuki.lg.jp/poage/dfr002018.html

### お薬手帳は、こんなときにも役立ちます!

薬局でお薬手帳をお勧めすると「薬の名前も飲み方も効果も分かっているので手帳はいりません。」とおっしゃる患者さんがいます。確かに自分の薬について上記のような内容を覚えておくことは大変重要です。

しかし、こんなことがありました。その方は通勤途中で突然、意識を失い倒れてしまいました。偶然とおりがかった方が救急車を呼んでくれ、救急隊員が駆けつけてきました。その際、隊員は持ち物のなかにお薬手帳を発見。何種類かの薬を飲んでいることが判明しました。そこで、救急搬送の医師に、そのことを伝え、医師は診察前に薬品名から持病を確認できました。

この例では、本人は意識がないため自分の薬について説明できませんでしたが、お薬手帳が代弁してくれたため、医師に伝えることができました。このようにお薬手帳は突然意識を失った際にも大変役立ちます。(筑西薬剤師会結城支部提供)

### 市民健康教室 No.428

## 予防接種を受けにいきましよう

お子さんの病気の抵抗力をつけるワクチンには、定期接種(支払いが必要ない)と任意接種(支払いが必要)の二つがあります。平成25年4月から小児用肺炎球菌ワクチンとヒブワクチンが定期接種に加わり、細菌性髄膜炎による後遺症で苦しんだり亡くなつたりするお子さんが減つていきます。現在、多くのワクチンが定期接種になりましたが、ロタウイルスワクチンやB型肝炎ワクチン、おたふくかぜワクチンは、任意接種のままです。

ワクチンには、繰り返し受ける必要がある不活化ワクチンと1〜2回で効果がある生ワクチンの二つがあります。不活化ワクチンを受けた人は一週間後に、生ワクチンでは四週間後に次のワクチンが受けられます。日本脳炎ワクチンは不活化ワクチンですが、副作用のため平成17年度から21年度まで控えられていました。今では新しいワクチンの安全性が確認され、再開されています。

生後2カ月から2歳までに受けるワクチンは種類が多く、時期や回数、間隔が決まっているため、計画的に受けることが大切です。このため、かかりつけ医を受診してワクチン接種を進めましよう。二種類以上のワクチン同時接種が安全に行われています。

お子さんが健康な状態でワクチンを受けても、万一副作用が強く表れる場合があります。その際は、政府による保障制度も備わっています。また、多くの施設では、予防接種を受けるお子さんのために時間枠を設定したり、待合室を別に設けたりして、ほかのお子さんから風邪などの病気を移されない工夫をしています。

さあ、母子手帳と問診票を持って、予防接種を受けにいきましよう。

(結城市医師会提供)

### 相続のこと? ご存知ですか?

「相続が不安」「法律がよくわからない」「手続きを任せたい」「事前に準備しておきたい」

相続の手続きや対策方法など、分かりやすくお伝えします

個別相談 完全予約制

日時 H28年3月10日(木)

① 09:15~10:00 ①~③のなかから希望の時間を選んでお申し込みください。

② 10:15~11:00

③ 11:15~12:00

会場 結城市民文化センターアクロス2階 練習室

講師 細見愛子(相続相談あんしんプラザ 代表)

※次回の予定/4月14日(木)

申込み・問合せ:(株)ベストプランコム ☎0285-28-9076 (平日9:30~19:00) FAX 0285-28-9078(24時間受付)

ベストプランコムでは、保険の無料相談も受付中! 生活・ローン・家族・将来のために、「保険の見直し」しませんか?

### CC9アワー (60分番組) 放送時間: 9時、21時

放送日: 3/14(月)~20日(日)

- 健康づくりフォーラム2018 ~今日からはじめる健康づくり~
- 障がい福祉シンポジウム

地上デジタル111ch・112ch リモコンボタンは11

特別番組「結城市議会生中継」のお知らせ  
結城ケーブルテレビでは、3月2日(水)から開会する結城市議会の模様を生中継いたします。

【放送内容】開会日、一般質問、閉会日  
※議会日程については結城市ホームページなどでご確認ください。

放送チャンネル コミュニティチャンネル 112チャンネル

視聴方法 テレビリモコンで「11」を選局し、チャンネル上ボタンを押すとご覧いただけます。

結城ケーブルテレビ ☎0120-58-1822  
※結城市が出資する第3セクターの会社です。