

介護保険料は納期限までに
納めましょう

●65歳以上（第1号被保険者）の方

1年以上滞納すると	介護サービスを利用する際、いったん利用料の全額を自己負担します。申請により市から給付費（本来の自己負担額を除く費用）が払い戻されます。
------------------	--

1年6カ月以上滞納すると	市から払い戻されるはずの給付費の一部または全部を、一時的に差し止められます。 さらに滞納が続く場合は、差し止められた額から介護保険料が差し引かれることがあります。
--------------	--

2年以上 滞納すると	上記に加えて、滞納した期間に応じて、自己負担割合が3割または4割に引き上げられます。 高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費、特定入所者介護サービス費も受けられなくなります。
---------------	--

災害などの特別な事情がある場合は、保険料の減免や猶予が受けられる場合がありますので、早めにご相談ください。

けん
こう
広場
2020

三叉(さんさ)神経痛とは

て、口腔、顔面に分布し、知覚を支配しているため障害があると痛みや麻痺が生じます。

多くの三叉神経痛は、頭蓋内での三叉神経に対する血管や腫瘍による圧迫が原因とされています。主な特徴は数秒から数十秒の電気が走ったような痛み、発作性の電撃痛が生じることです。そして触れると痛みが生じる部分があり、洗顔、食事、歯みがき、くしゃみや咳などで痛みが誘発されることがあります。通常は片側性の痛みで50歳以上の方が多いとされています。

三叉神経痛は虫歯や歯周病による痛みなどと鑑別することが重要です。歯の痛みと間違えて安易に抜歯しても痛みは消えないので、注意が必要です。

(結城市歯科医師会)

(結城市歯科医師会)

足が不自由で薬局に行くのが大変、薬が管理できずに家族が管理している、などとお悩みの方もいるかもしれません。

実は、薬局のなかには薬剤師が自宅に訪問し、薬のお届け・管理を行い、患者さんの状態に合わせた薬を見直すなどの訪問サービス（在宅医療）を行っているところがあります。これは、介護保険、医療保険が適応となるサービスで、利用するには、必要性があると医師に判断され、訪問指示が必要です。

薬を単に配達するだけではなく、管理できていない薬を整理したり、飲めるように工夫をし、副作用などの症状をチェックし、最適な薬を提供するなど、さまざまなプラスの面があります。在宅医療を含め、地域の医療を支えるべく、多職種の方や病院との連携薬局もさまざまな機能を持っています。

ぜひ在宅医療を活用してみてください。

健康増進
センター
だより

32-7890

産後ケア事業

～出産・子育て応援事業～



結城市では、お子さんの健やかな成長やお母さんが安心して子育てにのぞめるよう、妊娠中から出産・育児までの切れ目ない支援をしています。

特に、産前産後は女性ホルモン

特に、産前産後は女性ホルモンのバランスが大きく変わり、身体やこころに不調を感じることもあります。産後ケア事業は、産後の疲れた身体とところをいやし、ゆっくり体調を整えながら、子育てに必要な知識を身につける支援を行っています。医療機関での宿泊の支援と自宅への訪問による支援があります。

① 宿泊型サービス

池羽レディー

②訪問型サービス

利用希望者の方の自宅

※訪問型サービスは、さとう助産院の助産師が訪問します。

医療機関や自宅でのお母さんへの心身のケア、休息、リフレッシュ

事前に健康増進センターまで問合せください。

一部自己負担があります（非課税世帯を除く）。

詳細は、健康増進センターまで
問合せください。

そのほか、妊娠、出産、子育てなどに関する相談がありましたら気軽にご相談ください。

「問合先」

市健康増進センター

32
1
7
8
9
0

高齢者の めまい・ふらつき

高齢者、特に後期高齢者（75歳以上）になると、平衡機能の低下が目立つようになります。

この原因として、内耳、および前庭神経を含めた末梢前庭系の加齢変化と、中枢神経や筋骨格系の退行変性が挙げられます。

大脳と小脳の退行変性のほか、脳梗塞・脳出血・アルツハイマー病（認知症）などの中枢疾患は、ふらつきの原因になります。

小脳は末梢前庭系と眼球運動に係り、小脳の退行変性による機能の低下は、平衡機能の低下に大きく影響しています。

加齢による体を支える筋力の低下（四肢・頸部・腸腰筋・脊柱起立筋など）や、変形性関節症・変形性脊椎症などの関節や靱帯の障害による運動機能の低下も、平衡機能の低下を進めます。

そのほか、電解質異常や不整脈で生じるめまいも、高齢者に多くみられます。

高齡者は基礎疾患のために投薬をしていることが多く、この副作用もさらにめまいを誘発します。

高齢者のめまいの特徴は、症状が動作時のふらつきであり、平衡機能の全般的な加齢変化や筋運動の低下からきます。そのため、と

つさの動作回避が出来ないために、段差が少ししかない床や歩道で転倒する傾向があります。こうした転倒などで負傷し、介護

医療が必要となってきたりします。
高齢者で、めまい・ふらつきがよく見られる方は、一度受診することをお勧めします。

(結城市医師会)



家事の代行

merry maids. 安心と信頼の高品質サービス

「主婦の方が仕事や家事に追われ過ぎているこんな時代だから…」



**おうちのおそうじ、家事のあれこれは
私たちプロにお任せください。**







プロのおそうじサービス

お掃除の専門家として、お家の隅々まで丁寧に掃除いたします。
お掃除の要する道具も持ち込んで作業いたします。

家事お手伝いサービス

家事専門スタッフがお客様のニーズに合わせて、丁寧におこないます。

ダスキンデパート ホームページもご覧下さい！ご相談など何でもお気軽に電話ください！

結城市大字結城 6096
ダスキンデパート
検索
0120-510-530



広域通信制・単位制

随時 学校見学受付中!!

翔洋学園高等学校

下館学習センター

☎0296-23-2711



入学願書受付中!!

転入学・編入学も
お問い合わせください。

**丁寧な
個別指導**

**入学相談
随時対応**

**不登校生も
サポート**

**入学金
なし!!**

お気軽にお問い合わせください! 「下館駅 南口 徒歩1分」

詳しくはWEBで!

翔洋学園 下館

検索

www.shoyo.ac.jp



あたらしいチャレンジ

無料体験からはじめよう

ベビー
幼稚園児

小中学生
成人・婦人

3/1(日) 3・11復興イベント開催

3市(下妻・筑西・結城)水泳大会



三級社団法人 日本皆泳協会

ささはら水泳塾

TEL 33-1521

春休み 短期教室





募集中

介護付有料老人ホーム

しもふさの郷 百寿の家

サービス内容

介護付特定施設型有料老人ホーム
 ショートステイ・居宅介護支援事業所
 デイサービス・介護タクシー
 グループホーム



TEL 0296-35-0294 FAX 0296-35-6155

HPアドレス <http://www.shimofusa.ne.jp>

結城市大字武井1248