

## バスタックを受診しませんか

日 時	場 所
11月17日(金) 9時30分から	鉄南ふれあいセンター
11月21日(火) 8時30分から	しんた21
11月22日(水) 8時30分から	若草つどいセンター
11月23日(木) 8時30分から	しんた21
11月24日(金) 9時から	鷺別コミュニティセンター

※受付時間は個別に通知します。

**対象** 国民健康保険に加入している40歳以上の方または後期高齢者医療制度に加入している奇数月生まれの方  
※年度内に特定健診や健康診査、短期人間ドック、脳ドックとの重複受診はできません。

### 検査項目

○**必須項目** 身体・血圧・視力・聴力測定、尿・血液（血糖、脂質、肝・腎機能、貧血）検査、心電図検査、眼底検査、大腸がん検診（便潜血）、肺がん検診  
※鉄南ふれあいセンターで受診する場合は、視力・聴力測定はありません。

○**選択項目** 胃がん（バリウム）検診（有料1,000円）

**検査料金** 1,000円（胃がん検診希望者は2,000円）

※保険税（料）に滞納がある方は検査料金が異なります。

**申し込み** 10月20日(金)までに申し込みフォームまたは電話で国民健康保険グループ（☎⑤1771）、健康長寿グループ（☎⑤1075）



◀国保加入者  
用申し込み  
フォーム



◀後期高齢者医療  
制度加入者用申  
込みフォーム

## 『シニア運動教室』に 参加しませんか



▲申し込み  
フォーム

市では、65歳以上の方を対象に、冬期間の運動不足の解消を目的とした運動教室を市内3カ所で実施します。ストレッチや筋力トレーニングなど自宅でもできる簡単な運動を行います。ぜひご参加ください。

### ◎日時・場所

市民会館	鷺別コミュニティセンター	ヌブル
10月20日(金)	10月17日(火)	10月31日(火)
※11月10日(金)	11月21日(火)	11月14日(火)
12月19日(火)	12月22日(金)	12月12日(火)
1月19日(金)	1月26日(金)	1月16日(火)

※11月10日(金)のみ老人福祉センターで実施します。

**時間** 11時～12時

**対象** 65歳以上の方

**定員** 各会場20人（先着順）

**持ち物** 動きやすい服装と靴、タオル、飲み物、マスク

**申し込み** 9月29日(金)までに申し込みフォームまたは電話で健康長寿グループ（☎⑤1075）



## 認知症かな…?と思ったらすぐに相談・受診を

認知症とは、いろいろな原因により脳の細胞が死んだり、働きが悪くなるためにさまざまな障害がおおよそ6カ月以上継続して、生活に支障が出ている状態をいいます。

認知症は、アルツハイマー病や前頭側頭型認知症、レビー小体型認知症のほか、脳出血、脳梗塞などにより脳細胞に必要な栄養や酸素が行き渡らなくなったことで発症する場合があります。

本人や家族、周囲の人が何かおかしいと異変に気づいたらすぐに専門の医療機関を受診することが最も大切な認知症への対応です。市内には、より専門的な医学的な診断や治療を行うことができる機関として北海道から指定を受けた『認知症疾患医療センター』が2カ所ありますので、ご利用ください。

また、高齢者の総合的な相談窓口である『地域包括支援センター』は、認知症地域支援専門員を配置し、認知症に関する相談支援を行っていますので、物忘れや探し物が多くなる、約束の日時や場所を間違えるなど、気になることがありましたら、お住まいの地域の地域包括支援センターにご相談ください。

### 気軽にご相談ください

#### ○市内の認知症疾患医療センター

三愛病院認知症疾患医療センター  
☎③3207

恵愛病院認知症疾患医療センター  
☎⑦0100

#### ○登別市地域包括支援センター

あおい(愛桜) 登別東町3丁目1-2  
☎③0511

ゆのか 片倉町6丁目9-1  
☎⑧2106

「けいあい」 鷺別町2丁目32-1  
☎⑧5005

### 9月は世界アルツハイマー月間です

市は、これにちなみ、9月1日(金)から29日(金)までの間、認知症の正しい理解を広めるため、『認知症の特集コーナー』を設置します（1日(金)から12日(火)までは市立図書館1階ロビー、14日(木)から22日(金)までは市民会館1階ロビー、25日(月)から29日(金)までは市役所1階に設置します）。

また、認知症高齢者などを地域で支える取り組みとして、認知症高齢者の行方が分からなくなったという想定で、認知症の方への声のかけ方、対象者を保護した場合の連絡方法を学ぶ訓練を行っています。今年は9月29日(金)の午前に実施予定です。行方不明者役が市内数カ所を歩きます。行方不明者役を見かけたら「お困りですか?」「どうしましたか?」などの声をかけ、健康長寿グループへ発見の連絡をお願いします。どなたでも参加できますので、ぜひご参加ください。

問い合わせ 健康長寿グループ（☎⑤1075）