

表彰されたみなさん



厚生労働大臣表彰 おめでとう！



社会福祉の功労者として厚生労働大臣から表彰されました。

民生委員
児童委員

堀井紀子さん(前列左から2人目) 加藤文夫さん(前列右から2人目) 尾張谷 滉子さん(前列右) 安達圭子さん(後列左) 仁井田地区民生児童委員協議会(会長の諏訪孝さん)(後列左から2人目)

社会福祉
事業
従事者

長沼えり子さん(前列左) 川裕子さん(後列中央) 高橋峰子さん(後列右から2人目) 久保田美貴子さん(後列右)

福祉事務所職員 新田目 剛さん(前列中央)

地域の健康づくり10年

保健推進員に感謝状

秋田市では各地域で1,549人の保健推進員のみなさんが、健康診査の周知や子育て支援、健康教室、健康相談など、健康づくりを進める活動をしています。

このたび、保健推進員として10年間、健康づくり活動にご尽力くださったかたがたに、市から感謝状をお贈りしました。

感謝状をお贈りしたみなさん()内は地区名

- | | |
|--------------|-------------|
| 野トヨさん(新屋) | 菊地亮也さん(飯島) |
| 鈴木美保子さん(飯島) | 大友陽子さん(旭北) |
| 桃井裕子さん(港北) | 今せつ子さん(下浜) |
| 菅原春子さん(将軍野) | 齊藤明子さん(外旭川) |
| 佐藤富美子さん(外旭川) | 古谷洋子さん(寺内) |
| 古井千鶴子さん(寺内) | 北川セチ子さん(寺内) |
| 土田よみさん(寺内) | 加藤清枝さん(仁井田) |
| 工藤和郎さん(東通) | 細井安子さん(東通) |
| 湯本紀子さん(東通) | 佐良土朝孝さん(明德) |
| 松淵春雄さん(明德) | |



1万人以上の高齢者が急死！ 入浴時の温度差は危険

毎年全国で1万人以上の高齢者が、入浴中に急死しています。事故を防ぐため、次のことに気をつけましょう。

熱いお風呂は避ける... 血圧の変動を少なくするため脱衣室や浴室全体を温かくし、お風呂のお湯は39 ~ 41 くらいで、長湯はしないように

飲酒後は入浴しない... 飲酒後は血圧が低下しやすいので、酔っていないだけでも危険です

浴槽の出入りはゆっくり... 立ちくらみを起こしやすいので、浴槽のへりにつかまってゆっくり立ちましょう

問 秋田市救急医療協議会(消防本部救急課内)tel(823)4019

健康

はつらつ情報



インフルエンザ予防接種

65歳以上のかたなどを対象にインフルエンザ予防接種を行っています。
対象 / 接種日に満65歳以上のかた。または60歳以上で、心臓や腎臓、呼吸器の機能障害などがあるかた(身体障害者手帳1級程度)
接種期間 / 来年1月31日(木)まで
接種場所 / 県内のインフルエンザ予防接種登録医療機関
接種料金 / 2,000円(生活保護受給者は無料。なお、市外で接種する場合は医療機関によって異なります)
持ち物 / 健康保険証、老人健康手帳(お持ちのかた)、生活保護受給者は「医療のしおり」、60歳以上65歳未満

のかたは疾患を証明するもの
問い合わせ 市保健所健康管理課
tel(883)1179

成人歯科無料相談

歯周病やむし歯など、歯の健康の相談に歯科衛生士が応じます。
日時 / 12月19日(水)午前9時30分~正午 会場 / 市保健センター
申し込み 市保健所保健予防課母子保健担当tel(883)1174

パーキンソン病講演会

秋田赤十字病院神経内科部長の石黒英明さんが、パーキンソン病の最新治療について講演。無料。直接会場へ。
日時 / 12月9日(日)午後1時30分~5時 会場 / 秋田赤十字総合病院
問い合わせ 全国パーキンソン病友の会の渡辺さんtel(862)9167

在宅介護者の集い

寝たきりや認知症のかたなどを自宅で介護しているかたの集まりです。参加無料。直接会場へどうぞ。詳しくは在宅介護者の集いの廣田さんへ。
tel(863)0935

日時 / 12月20日(木)午後1時30分~3時 会場 / 市保健センター

ユフォーレのシャトルバス

すべて午前9時30分発。帰りはユフォーレを午後3時30分に出発。
JR秋田駅東口 12月18日(火)・25日(火)
御所野(YKKバス停前) 12月12日(水)・19日(水)・26日(水)
土崎駅前 12月13日(木)・20日(木)
問い合わせ 秋田県健康増進交流センター ユフォーレtel(884)2111