

## 美幌町地域 包括支援センターだより

### 認知症になっても 安心して暮らせる美幌町に ～若年性認知症について⑧～

#### 就労と制度

一度退職してしまうと、再就職することが難しい場合が多いので、できれば今いる職場で続けて働くことを考えましょう。上司や人事担当者、産業医等と話し合い、職場の理解を得られるようにします。仕事の内容にもよりますが配置転換をしてもらう、障がい雇用の枠に入れてもらうなどの方法もあります。退職した後も働きたい、あるいは経済的な理由で働かなければならない場合は、相談窓口もありますのでご相談ください。

- ①医療機関のソーシャルワーカー
- ②ハローワーク(障害者専門窓口)
- ③障害者職業センター
- ④障害者就業・生活支援センター

年齢や就業の有無、病状に応じて利用できる制度も異なります。また生命保険や住宅ローン等は、商品によって契約内容が異なりますので、金融機関等の担当者に尋ね、契約内容を確認してください。他にも高額療養費、高額介護サービス費、子どもの就学資金などで「教育ローン」「奨学金」等利用できる場合があります。

#### サービス等の申請先

- 身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療(精神通院医療)、障害福祉サービス、特別障害者手当  
⇒社会福祉課 民生障がい福祉G(役場窓口5番)
- 障害年金  
⇒国民年金 戸籍保険課戸籍年金G(役場窓口3番)  
厚生年金 年金事務所、共済組合
- 傷病手当金  
⇒協会けんぽや職場の人事部など

参考)「若年性認知症支援ガイドブック」  
社会福祉法人仁至会  
認知症介護研究・研修大府センター



#### 地域包括支援センター

☎ 75-3220 / FAX 73-4787

平日 8:45～17:15

## けんしんであんしん

#### ●しゃきっとプラザで実施する健診

申込は先着順となっていますので、あらかじめご了承ください。申込状況で×と記載してある時間帯でも検査内容により申込が可能な場合もあります。

#### 【特定健診、胃・肺・大腸・前立腺がん検診・ エキノコックス検査・肝炎検診】

|          | 6:30 | 7:00 | 7:30 | 8:00 | 8:30 | 9:00 | 9:30 | 10:00 | 10:30 |
|----------|------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|
| 12月4日(木) | ×    | △    | △    | ×    | ×    | ×    | ×    | ×     | △     |
| 12月5日(金) | ○    | △    | ×    | ×    | ×    | ×    | ○    | △     | ○     |
| 12月6日(土) | ×    | ○    | ○    | ○    | ○    | ×    | ○    | △     | ○     |

#### 【レディース検診】

#### 検診内容：子宮がん検診・乳がん検診・大腸がん検診

|           | 午前(9:00～10:30) | 午後(12:30～14:00) | 午後(16:00～18:30) |
|-----------|----------------|-----------------|-----------------|
| 11月13日(木) |                |                 | ○               |
| 11月14日(金) | ×              | ×               |                 |
| 11月15日(土) | ×              | ×               |                 |
| 2月20日(金)  | ○              | ○               |                 |

※11月13日(木)、2月20日(金)は、乳がん検診と大腸がん検診のみ実施します。

※子宮がん・乳がん検診の受診間隔は2年に1回です。

(○ 申込できます △ 若干名申込できます × 申込できません)

問 保健福祉課 健康推進G ☎ 77-6545

## おしゃべりカフェ

認知症の方とその家族、認知症に関心のある地域の方、サポートしたい方が集まって、ゆっくり気軽にお話や相談ができるカフェです。一緒にお茶を飲みませんか。ちょっとのぞき見、ぶらりお立ち寄りの途中参加も大歓迎です。



日 11月18日(火) 13:00～15:00

場所 ふらっとホームさらら(大通北3丁目5-2)

参加費 無料(予約不要)



問 地域包括支援センター(窓口9番) ☎ 75-3220

感染症は、ウイルスや細菌などの病原菌が体内に入り増殖することで発症する病気です。季節性インフルエンザは12月から2月頃にかけて流行することが多く、新型コロナナは、ワクチン接種や自然感染によって免疫を獲得した人が増え、現在は感染した人のほとんどが軽症で済んでいます。が、高齢者や基礎疾患のある人は重症化することもあり軽視できない感染症です。またノロウイルスによる感染性胃腸炎も、冬から春にかけて感染者数が増えるため注意が必要です。

これからの寒い季節、特に感染症対策を心がけることで、自分や家族、身近な人を守ることに繋がります。

#### ■どのように感染するのか？

##### 空気感染

咳やくしゃみなどにより空気中に出た細菌やウイルスが、感染性を保ったまま空気の流れに乗って拡散し、それを他の人が吸い込むことで感染します。

##### 飛沫感染

咳やくしゃみ、会話によって飛び散ったしぶき(飛沫)に含まれる病原体を、近くににいる人が吸い込んでしまうことにより感染します。飛沫の届く範囲は1～2メートル程度です。

#### ■感染症を防ぐ方法

感染経路の遮断と私たち自身の抵抗力を高めることが大切です。

##### 手洗い

帰宅時、調理の前後、食事前、咳やくしゃみをした後は丁寧に手洗いしましょう。

##### マスクの着用

咳などの症状がある場合、受診時、混雑している場所に行くときなど、感染を拡げない、自身の感染予防のためにも役立ちます。

##### 室内の環境(湿度・換気)に気を付ける

こまめに換気をし、室内は湿度を50～60%に保つと効果的です。

#### ■感染症が疑われる場合

かぜ、インフルエンザ、新型コロナの症状は発熱、頭痛、体のだるさ、咳、のどの痛みなどよく似ています。症状の出方は人それぞれですので、無理せず早めに休養をとることが大切です。

医療機関によっては、かぜ症状のある方への対応を他の方と区別して行っている場合もありますので、受診される際には電話で症状や状況を伝えてからの受診をお勧めします。

##### 接触感染

感染している人の皮膚や粘膜に触れたり、病原体がついたドアノブや手すりなどの物に触れたりした手で、自分の鼻や口に触れることで感染します。

##### 経口感染

ウイルスや細菌に汚染された水や食べ物を口にすることで感染します。

##### 予防接種

予防接種で感染を100%予防することはできませんが、感染した場合でも重症化を防ぐ効果があるとされています。

##### 感染症を予防する生活習慣

普段から十分な睡眠、バランスのよい食事を心がけましょう。また、口の中の細菌は、ウイルスを粘膜に付着させる役割を持っていると言われています。口の中を清潔に保つ習慣も大切です。



## 感染症を予防しましょう