

予防接種は、夏休みに接種しましょう

■予防接種対象者

予防接種名	接種年齢(望ましい接種時期)
麻しん・風しん混合(MR)2期	平成22年4月2日～23年4月1日生まれ(幼稚園児、保育所年長児)
二種混合(DT:ジフテリア・破傷風)	11～13歳未満(小学6年生)

■接種方法／市指定医療機関へ電話で予約してください。指定医療機関は、広報かさい4月号または市ホームページ(「加西市予防接種」で検索)でご確認ください。

■接種費用／無料

■必要な物／母子健康手帳、体温計、健康保険証(本人確認のため)、予診票(医療機関または健康課にあります)

10月からB型肝炎ワクチンが定期接種に

10月になれば体調の良い日に早めに接種しましょう

■対象／平成28年4月以降に生まれ、1歳に至るまでの乳児(1歳の誕生日の前日まで)
※平成28年4月から9月生まれの方へは、9月中に予診票や接種医療機関などの詳細を通知します。10月以降出生の方は、出生届出の際にお知らせします。



■接種費用／無料

■接種回数／3回(10月以前に自費などで接種された方は、その回数を含めて3回)

■接種スケジュール／生後2カ月から4週間以上の間隔をあけて2回接種し、さらに1回目の接種から140日以上あけて3回目を接種

※1歳の誕生日の前日までに3回接種するため、10月になれば体調の良い日に早めに接種してください。

生活習慣病を防ぎましょう

国保・後期高齢に加入の皆さまへ

特定健診は、身体測定や血液・尿検査などを行うことで、生活習慣病の危険性を知ることができます。

町ぐるみ健診または医療機関で受診することができますので、年に一度は受診し健康状態を確認しましょう。がん検診等と一緒に受診することもできます(別途料金必要)。

特定健診未受診者の方を対象に、戸別訪問・電話・文書により、受診勧奨を行っています。ご理解とご協力をお願いします。

また、国民健康保険・後期高齢の加入者を対象に、人間ドックの受診費用の一部を助成しています。詳しくはお問い合わせください。

■対象／40～74歳の国民健康保険に加入の方や75歳以上(後期高齢)の方
※20～39歳の方も、町ぐるみ健診で受診することができます。

■申込可能な町ぐるみ健診

日時／9月27日(火)、30日(金)、10月12日(水)、13日(木)、19日(水)、29日(土)、12月4日(日) 8:00～11:30

場所／JA兵庫みらい本店(農協会館)

申込方法／広報かさい3月号と共に配布した申込書を健康課へ郵送または持参。国保医療課窓口での申し込みも可能です。

■実施医療機関(直接医療機関へ電話予約)

あさじ医院 ☎44-0225	田尻内科循環器科 ☎43-7931
安積医院 ☎46-0361	徳岡内科 ☎42-0178
荒木医院 ☎43-9711	西村医院 ☎49-0001
大杉内科医院 ☎47-0023	堀井内科医院 ☎49-0150
小野寺医院 ☎48-3737	まえた内科神経内科クリニック ☎45-2050
おりた外科胃腸科医院 ☎42-6000	みのりクリニック ☎49-8470
市立加西病院 ☎42-2200	横田内科医院 ☎42-5715
佐竹医院 ☎42-4057	米田病院 ☎48-3591

■料金／1,000円(後期高齢の方は無料) ※市民税非課税世帯の方は、事前に健康課で申請すると無料になります。

加西病院のコーナー

ホームページ <http://www.hospital.kasai.hyogo.jp>

人生の完結期を最期の時まで自分らしく生きるために今考える事

私たちは、緩和ケア認定看護師として、多くのがん患者さんにかかわっています。可能な限り、患者さんがその人らしく最期まで過ごせることを支えたいと思っています。そのために、「病気との向き合い方」「過ごす場所」「最期の迎え方」「大切にしている事柄」など、生き方に関する一人一人の考えを知ることを大切にしています。

しかし、それは決して簡単なことではありません。なぜなら、自分が治る見込みがない病気になったり、認知症などで自分の考えが伝えられない状態になったりした時に、どうしたいかを具体的に考えておられる方は、日本ではそれほど多くないからです。

■患者さんの思いを知るために

病院という限られた場所で信頼関係を築きながら、早い時期に患者さんが大切にされていることや希望について対話を重ねます。患者さんの話を聞く中で「延命処置はしてほしくない」「自然な形で最期を迎えたい」「できるだけ家に居たい」「家族に迷惑はかけたくない」などの思いをキャッチします。

そのような時「ご家族に思いを伝えられていますか」と問い返すと、「伝えていません」「忙しくて話す時間がありません」という方がほとんどです。最期の過ごし方について、ご家族と面と向かって話をするきっかけがないのも現実です。

そこで、私たちはご家族の前で患者さんが思いを出せる場や時間をつくっています。そして、思いが伝えられなくなった時のために、代わりに意思決定する方を決めたり、文書で残したりすることを勧めています。そうすることで、患者さんに代わり治療や延命処置などの重要

な決断をするご家族の苦悩を軽くすることにもなります。

■希望を叶えるために

どうすれば漠然としたその思い（希望）を叶えられるかを多くの方はご存じありません。その思いをご家族に伝えたら、身近な医療者にもその思いを伝え、具体的にどうするかを一緒に話し合っていきます。

医師や看護師だけでなく、薬剤師、栄養士、社会福祉士、ケアマネジャーなどの関係する医療者たちと一緒に考えていきます。希望は時に変わっていきます。そのことを前提に私たちは繰り返し希望を確認し、一緒に考えています。

あなた自身が最期の時まで自分らしく生き抜くために、これを機会に話し合ってみてはいかがでしょうか。

(緩和ケア認定看護師 松本庸子 為廣多真紀)



松本さん



為廣さん

アンケートにご協力を

加西病院は、加西市社会福祉協議会と共同で、地域包括ケアシステム実現のため、福祉・保健・医療ニーズに関するアンケートを行います。

市民の中から無作為に抽出した1,500人を対象に、7月下旬にアンケートを送付しています。ご協力をお願いします。

回答期限／8月22日(月)

問合先／加西病院 ☎ 42-2200

北条鉄道利用促進キャンペーン「片道無料」

問合先／北条鉄道 ☎ 42-0036

北条鉄道の良さを知っていただくため「北条鉄道利用促進キャンペーン」を実施します。

優待券を利用して乗車された方は、1回分の乗車が無料になります。また、北条鉄道からドーナツをプレゼントします。



女性3人目の運転士・大橋由稀那さんが初運転(3ページ参照)

- 期間／8月1日(月)～10月31日(月)
- 利用方法／優待券を切り取り、降車(運賃支払い)時に運転士にお渡しください。
- 注意事項／1枚につきお一人様、1回限り有効です。※複写、印刷したものは無効です。

北条鉄道利用促進キャンペーン
～応援は年1回の乗車から～
北条鉄道見車優待券
有効期限／平成28年10月31日
※複写・印刷したものは無効

