

健康だより

問 健康増進課
☎ 23-3964 ㊟ 25-5900
E kenkou@city.kanonji.lg.jp



男性料理教室

時 ①12月16日(金) 午前9時30分～午前11時30分
②12月20日(火) 午前9時30分～午前11時30分
所 ①保健センター
②豊浜福祉会館
数 各10人 (先着順)
受 各教室1週間前まで
持 エプロン、三角巾、筆記用具
注 新型コロナウイルスの感染状況に応じて、内容を変更する可能性があります。
問 健康増進課 成人保健係 ☎ 23-3964
主 市食生活改善推進協議会

冬は感染症に注意しましょう

ノロウイルスとは

感染性胃腸炎の主な原因の一つで、感染力が非常に強く、わずかに付着しているだけで食品や人、床、ドアノブ、便器などさまざまところから感染する恐れがあります。回復後も、しばらくは便からウイルスの排出が続くので注意が必要です。

●**症状**
嘔吐や下痢、発熱などが感染後1～2日に現れ、症状は3日程で治まります。感染していても、症状がない場合もあります。

●**予防**
・食品は中心温度が85～90度で90秒以上加熱する
・調理や食事の前には、せっけんと流水でしっかり手を洗う
・嘔吐物を処理するときは、使い捨てのマスクと手袋を使用し、0.1%次亜塩素酸ナトリウム(家庭用塩素系漂白剤)を染み込ませたペーパータオルなどで嘔吐物を周囲から中心に向かって拭き取り、ビニール袋に入れ、袋の口を縛る。廃棄後は流水とせっけんでしっかり手を洗う

インフルエンザとは

感染した人の咳やくしゃみなどに含まれるウイルスが、鼻や口から侵入することで感染します。

●**症状**
高熱や頭痛、関節痛、筋肉痛、のどの痛み、咳、鼻水などで、普通の風邪に比べて全身に現れる症状が強いのが特徴です。気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することもあります。

●**予防**
新型コロナウイルス感染防止対策(新しい生活様式)はインフルエンザ予防にも有効です。
・まめに手洗い、手指消毒
・マスクを着用する
・小まめに換気する
・「3密(密集・密接・密閉)」を避ける
・流行前(10月～12月)に予防接種を受ける

問 健康増進課 ☎ 23-3964
香川県西讃保健福祉事務所 ☎ 25-2052

新型コロナウイルス感染拡大の状況により、行事が中止・延期となる場合があります。

特定不妊治療費を助成します

令和4年4月から不妊治療費が保険適用されることになりました。これに伴い、不妊治療を受けている夫婦の経済的負担を軽減するため、特定不妊治療(体外受精・顕微授精)に要する費用の自己負担額の一部を助成します。

問 健康増進課 母子保健係 ☎ 23-3964

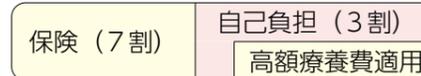


特定不妊治療費助成事業

助成対象となる治療	<input type="checkbox"/> 特定不妊治療(体外受精・顕微授精)および特定不妊治療の一環として行われた男性不妊治療 <input type="checkbox"/> 治療の開始時における妻の年齢が43歳未満であった治療 <input type="checkbox"/> 令和4年4月1日以降に開始した治療	
助成限度額	①保険診療のみ ②保険診療と先進医療の併用 ③混合診療(先進医療以外を併用した場合)	上限15万円/回 または 7万5千円/回 ※治療ステージにより異なる(男性不妊治療費を含む) 上限30万円/回 または 15万円/回 ※治療ステージにより異なる(男性不妊治療費を含む)
通算助成回数	1子ごとに6回まで(初回申請の治療開始日における妻の年齢が40～43歳未満は3回)	
申請期限	治療が終了した日の属する年度内 ※3月中に治療が終了した場合など、やむを得ないときは翌年度の5月末日まで	

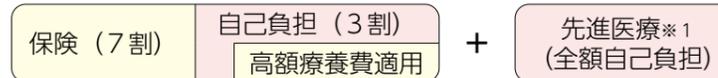
助成イメージ

①保険診療のみ

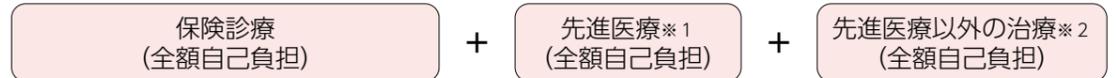


市の助成対象

②保険診療と先進医療の併用



③混合診療(先進医療以外を併用した治療)



※1 先進医療とは、高度な医療技術を用いた治療やその他療養のうち、公的医療保険は適用されないが、一般の保険診療との併用を認められているものです。ただし、その費用は全額自己負担となります。

※2 先進医療以外の治療は、日本産科婦人科学会にて生殖補助医療実施医療施設として登録した医療機関が認めた治療に限ります。

香川県特定不妊治療費助成事業の経過措置について

申請期限
令和5年3月31日(金)まで

※治療の初日が令和4年3月31日以前であり、令和4年度中に治療が終了した場合は、1回に限り従前の制度で申請することができます。その場合は、県の助成を受けた後で市の助成を受けてください。(県の助成可能金額を控除した額を助成対象とします)

地域で「第2層協議体」の取り組みが広がっています

第2層協議体とは

子どもから高齢者まで安心して暮らせる助け合いのある地域づくりを目指して、市が設置し、住民が主体となって情報共有をしながら地域課題を整理し、地域に必要な仕組みを作り出す組織です。

★ **元気!! 伊吹** (R 3.3.13発足)
伊吹いりこで 老若男女 元気モリモリ!



夜間・休日の急病人を速やかに搬送できるよう、全世代対象に「伊吹いりこカード」を作成しました。

★ **あいあい高室** (R 1.6.1発足)
笑顔で声かけ 近所から



地域の人たちが集まりやすい場所にベンチを置き、集える場所となっています。

★ **にっこり西クラブ** (R 1.7.27発足)
にこにこ言葉のキャッチボール



防災時の避難のため、日ごろから地域のつながりを作ろうと、自治会館などで体操やおしゃべりをしています。

★ **たりたりときわ** (H30.10.3発足)
助けたり 助けられたり お互いさまのときわ



健康維持のため、みんなで外出しようとお散歩ツアーを開催。常磐独自の「ときたり体操」も実施しました。

★ **ぼちぼちとよはま** (H31.1.10発足)
「何しよんな」 一日一声支え合い

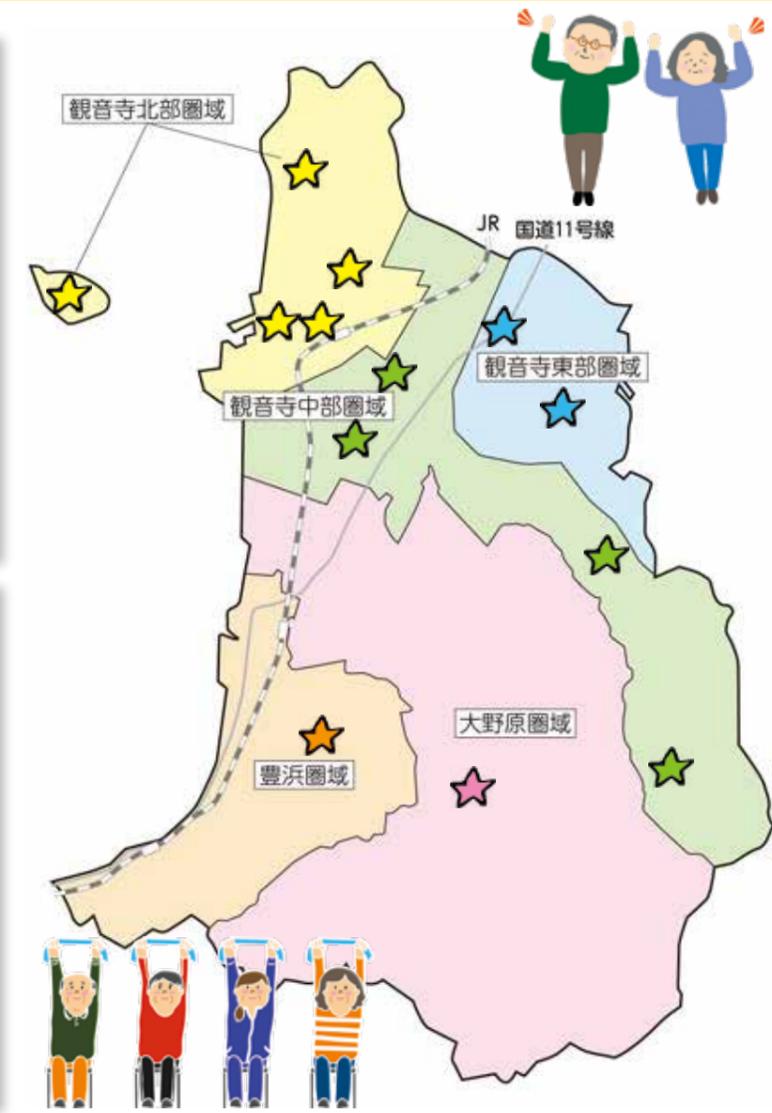


防災について勉強をして話し合い、地域の皆さんに情報発信する予定です。

★ **おいでよ大野原** (R 3.1.27発足)
元気で 笑顔で いけいけ!! 大野原



話し合いをしたり、憩いの場にハゼ竿でベンチを作製したりしました。おいでよ、大野原!



★ **スマイル観南** (R 1.8.29発足)
一日一縁 笑顔の町



防災に関する企画や情報紙の発行で、地域と少しずつつながり始めました!

★ **あったかーノ谷** (H31.2.15発足)
元気にしよんな 何でも言うて〜 ノ谷



近距離での通院、買い物に「あったかおでかけ便」(移動支援サービス)が利用されています。

★ **よらんな東** (R 1.7.30発足)
一緒に行かん 誘うきん!!



集えるベンチの設置など、地域での居場所作りに頑張っています。

★ **いきいきとよた** (H29.12.7発足)
できることからはじめよう



豊田地区防災マップを作成しました。避難場所について、各家庭で話し合うよう呼び掛けています。

★ **柞田地区 第2層協議体**



勉強会で、助け合いカードゲームをしている様子

10月23日に全体勉強会を開催し、その後2回、3回と勉強会を重ねて、発足に向かって進んでいます。

★ **楽しくあわい** (R 1.11.1発足)
思いやりの輪が広がる 「あじさいの里」



「おでかけあじさい便」(移動支援サービス)開始に向けて準備しています。

★ **GOGO木之郷** (R 1.10.2発足)
できることから少しずつ みてごう してごう 木之郷



「GOGO木之郷だより(第5号)」では、のりあいバスの利用方法を掲載しました。今後も住民からの意見を取り入れていきます。

問い合わせ先 高齢介護課 地域包括支援センター (市役所2階)
☎ 25-7791 ☎ 24-8891

子育て応援情報

パパママ教室 心の準備コース

安心して赤ちゃんを迎えるために準備しませんか。

時 1月29日(日)午前9時～午後0時30分
(午前8時50分～受け付け)

所 保健センター

内 子どもの歯と口についての話(歯科医師)、妊娠・出産・子育てについての話(助産師や作業療法士など)、ワークショップ、子育て支援サービスの紹介

対 妊婦とその家族

数 10組(先着順)

受 12月26日(月)～令和5年1月13日(金)

持 筆記用具、飲み物、母子健康手帳、体調確認のアンケート(事前に申込者に送付予定)

注 事前に、市ホームページに掲載している動画「妊娠中からの準備」を視聴してください。当日はマスクの着用をお願いします。

申問 健康増進課 母子保健係
☎23-3964
①kenkou@city.kanonji.lg.jp

●メールで申し込む場合
件名:「パパママ教室」
本文:「参加日・住所・氏名(夫婦)・出産予定日・電話番号」を明記してください。



オンライン出産準備教室

対 妊婦やその家族、同病院で分娩予定以外の人も受講可能

料 無料 **注** Zoomを使用

申 産婦人科外来または西3病棟へ電話予約
※開催日2日前までに予約が必要

問 三豊総合病院 ☎52-3366

月日	内容	講師	時間
12月13日(火)	・妊娠の経過と正常と異常について ・妊娠から子どもの歯の健康について ・産後の経過と母児同室について	産婦人科医師 歯科医師 助産師	午後2時～1時間半程度
12月20日(火)	・子どものなりやすい病気について ・入院の時期、方法、出産準備について	小児科医師 助産師	
12月27日(火)	・妊娠中の過ごし方について ・妊娠中から授乳中のお薬について ・妊娠中の栄養について	助産師 薬剤師 管理栄養士	

相談

家庭児童相談	子育ての不安、養育困難、虐待、家庭内の相談など	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	市役所1階 家庭児童相談室
母子・父子自立相談	ひとり親家庭の相談や援助、貸付など		
児童相談(要予約)		12月14日(水) 午後1時30分～午後4時 (県の専門相談員が対応)	
問 子育て支援課 こども・女性相談係 ☎23-3957			
育児相談(要予約)		12月27日(火) 午前9時15分～午前11時15分	保健センター
心理相談(要予約)		12月27日(火) 午前9時～午前11時50分	
問 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964			



Library News 図書館だより



中央図書館 ☎23-3960
大野原図書館 ☎54-5715
豊浜図書館 ☎52-1206



休館日 5・12・19・26

年末年始の休館日 29日(木)～1月3日(火)

中央図書館

- ★おはなし会 3日(土)10:00～10:40
- ★英語のおはなし会 13日(火)11:00～11:30
- ★つぼみ愛書会 16日(金)13:30～
- ★英語をたのしもう! 毎週(金)14:30～15:00

大野原図書館

- ★クリスマスおはなし会 10日(土)10:30～11:30

豊浜図書館

- ★工作教室 3日(土)13:30～14:30
クリスマスの飾りをつくろう!
定員:10人(要予約:豊浜図書館まで)
- ★おはなし会 24日(土)10:30～11:00



お正月の寄せ植えを作ろう!

12月17日(土)10:00～11:00

場 所: 中央図書館
講 師: 岸上ファーム グリーンアドバイザー
岸上 幸美 氏
定 員: 20人(要予約: 中央図書館☎23-3960)
材料費: 1,000円
持参物: ゴム手袋、持ち帰り用の箱



今月のおすすめ本

『家がぐちゃぐちゃでいつも余裕がないあなたでも片づく方法』
KC・デビッド/著 村井理子/訳
SB Creative



家事がしんどい…。でも「この本で救われた」という人が続出! 要領がよくない人でも楽に片づく41のシンプルな方法を紹介します。

『いろいろのりものりたいな』
おおでゆかこ/作 アリス館



町を走るバスや電車。海へ出て船や潜水艦、宇宙まで行ってロケットやUFOまで! 「きょうはどんな乗り物に乗りたい?」と話しなが想像を膨らませます。

令和3年12月生まれ
ハロ-キッズ!! 1歳お誕生日おめでとう
Hello Kids!!
令和4年3月生まれの子どもを募集します

受 付: 12月1日(木)午前8時30分から(先着順)
申込方法: 秘書課へ電話または窓口で申し込み。
申し込み後、1週間以内に申込書と
写真を提出してください。

窓 口: 秘書課 広聴広報係・大野原支所・
豊浜支所・伊吹支所

問い合わせ先: 秘書課 広聴広報係 ☎23-3915



薦田 千颯 ちゃん
父 峻さん 母 絵里香さん



中村 碧 ちゃん
父 康徳さん 母 奈緒美さん



中野 朱莉 ちゃん
父 祐希さん 母 かおりさん



横内 柚葉 ちゃん
父 友洋さん 母 那奈さん



大森 翔尊 ちゃん
父 健汰郎さん 母 菜里さん



池田 幸永 ちゃん
父 壮志さん 母 夏生さん



藤村 聡玖乃 ちゃん
父 侑輝さん 母 裕香さん



高橋 率翔 ちゃん
父 宏輔さん 母 紋さん