

特定健診（追加健診）のご案内

町の国民健康保険加入者の40歳以上の方で、まだ特定健診を受けられていない方に案内ハガキを送付しています。ぜひ、お忘れなく健診を受診してください。

特定健診を受ける“5つのポイント”

Point 1

生活習慣病には自覚症状がない

生活習慣病には、ほとんど自覚症状がありません。
今は元気であっても、すでに生活習慣病が進んでいるかもしれません。

Point 2

早く治療を開始するほど治しやすい

生活習慣病は、重くなれば治療費にお金がかかるうえ、
食事制限や運動など取り組まなければならないことも厳しくなります。

Point 3

安く受けられる

特定健診は、自費で受けるより格段に安く受けられます。
東伊豆町では1,000円（70歳以上は500円）で受けられます。

Point 4

太っていない方も油断できない

太っていない方でも、血圧が高い、血糖値が高い、LDLコレステロールが高い
といった状態は、動脈硬化から脳梗塞などに至るリスクを高めます。

Point 5

無料で専門家のアドバイスが受けられる

特定健診で生活習慣病のリスクが高いと判断された方が、専門家（管理栄養士、
保健師等）から改善のためのアドバイスを受けることができます。

インフルエンザ予防接種費用 助成のお知らせ

対象者

東伊豆町に住民登録があり、次のいずれかに該当する方

- ◆満65歳以上の方（S28.10.2以前に生まれた方）
- ◆満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、身障手帳1級を持っている方（H30.10.1現在の年齢）

接種期間：平成30年10月1日～12月28日

接種回数：1回

接種費用：2,500円（接種時、自己負担金として医療機関窓口でお支払いください）

持ち物：予診票（記入漏れのないようお願いいたします）

保険証・後期高齢者医療保険証等

※予防接種は、インフルエンザを重症化させないよう
にすることが最も大きな効果です。接種を受け
れば絶対にインフルエンザにかからないというも
のではありません。

保健福祉センター 12月行事カレンダー

日	曜	時間	行事名
3	月		妊婦相談（母子手帳交付）（3・10・17・25日）
4	火	9:30～	食育セミナー（受付9:00～）
5	水	13:00～	麻しん・風しん・水痘予防接種 （受付13:25まで）
			あかちゃん教室（受付10:00まで）（5・19日）
12	水	9:00～	なんでも相談（予約制）
			6ヶ月児相談（受付9:15～9:30まで）
			12ヶ月児相談（受付9:45～10:00まで）
13	木		2歳児教室（受付9:15～9:45まで）
			3歳児健診（受付12:50～13:20まで）
			1歳6ヶ月児健診（受付13:30～14:00まで）
14	金		育児サークル（受付10:00まで）
18	火	13:00～	BCG・日本脳炎予防接種（受付13:25まで）

◆日時が変更となる場合がありますのでご確認ください。

高齢者虐待を早期に発見しましょう！

～虐待に気づいた人は、通報の義務があります～

高齢者虐待とは、「家庭で介護している人（家族、親族、同居者など）」または「養介護施設や養介護事業所に従事する人」が高齢者に対して、心身を傷つけるような言動や人権侵害をすることです。

どんなことが虐待になるの？

- ①身体的虐待（たたく、蹴る、やけどを負わせるなど）
- ②介護・世話の放棄・放任（食事を与えない、オムツを替えないなど）
- ③心理的虐待（怒鳴る、無視する、子ども扱いするなど）
- ④性的虐待（キス、性器への接触など）
- ⑤経済的虐待（本人に必要な額のお金や通帳を渡さないなど）



虐待を早期に発見しましょう！

東伊豆町においては、昨年度2件の高齢者虐待に関する通報があり、通報件数は増加傾向にあります。高齢者虐待防止法では、虐待に気づいた人は市町に通報する義務があることを定めています。虐待を発見したり、虐待を発見したと思われるときは、地域包括支援センターまでご連絡ください。虐待の相談を受けた場合、地域包括支援センターの職員が「健康調査」「生活状況調査」といった形で高齢者のお宅を訪問するため、相談者や相談内容が他に漏らされることはありません。以下にそれぞれの虐待のサインを掲載しましたので、参考にしてください。

チェック	項目	虐待のサイン
	説明のつかない転倒や小さな傷が頻繁に見られる。	身体的虐待のサイン
	腿や上腕部の内側、背中などにあざやみみずばれがある。	
	頭や顔などに傷がある。	
	「家にいたくない」「蹴られる」などの訴えがある。	心理的虐待のサイン
	家から家族の怒鳴り声が聞こえる。	介護放棄のサイン
	部屋が極端に不衛生である。あるいは異臭がする。	
	部屋の中に衣類やオムツが散乱している。	
	寝具や衣服が汚れたままであることが多い。	経済的虐待のサイン
	身体にかなりの異臭がする。	
	栄養失調の状態にある。	
	年金や財産などがあり、財政的に困っているはずがないのに お金がないと訴える。	経済的虐待のサイン
	サービスの費用や生活費の支払いが突然できなくなる。	
	知らないうちに預貯金が引き出されたという訴えがある。	

※「東伊豆町高齢者虐待防止マニュアル」より抜粋

介護を抱え込まず相談を！

高齢者の介護は、想像以上に大変です。「介護疲れ」が介護する人を追いつめストレスとなり、虐待を引き起こしてしまう場合もあります。ショートステイやデイサービスなどの介護保険サービス、月1回実施している介護者家族の交流事業等を利用し、息抜きをしたり、介護の負担を減らすことが大切です。困ったときは一人で悩まず、地域包括支援センターにご相談ください。