

### ③ 健康・福祉

|     |                                                                                 |             |                                                                              |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 24  | 赤十字短期講演会について                                                                    | 所要時間<br>10分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>日本赤十字社が講習会に講師派遣をしていることをご存知ですか？<br>自治会や学校をはじめ、各種団体などへ派遣が可能です（最低人数10名以上）。 |             |                                                                              |

|     |                                                                           |             |                                                                              |
|-----|---------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 25  | 救いの手を！献血事業の大切さ                                                            | 所要時間<br>20分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>献血事業により集められた血液の活躍を説明します。<br>輸血を受けて助かった人々のエピソードを例に献血事業の大切さをお伝えします。 |             |                                                                              |

|     |                                                         |             |                                                                              |
|-----|---------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 26  | 精神通院時の医療費について<br>～精神通院の定期受診をしている人、医療費を抑えることができる場合があります～ | 所要時間<br>10分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>通院を継続している場合、受診している病院へ相談してください。                  |             |                                                                              |

|     |                                                 |             |                                                                              |
|-----|-------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 27  | 精神障害者保健福祉手帳について<br>～精神障害者保健福祉手帳により免除されるものがあります～ | 所要時間<br>10分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>精神障害者保健福祉手帳が必要な場合、受診している病院へ相談してください。    |             |                                                                              |

|     |                                                                           |             |                                                                              |
|-----|---------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 28  | 生活保護制度をご存知ですか？                                                            | 所要時間<br>40分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>お困りのことをお聞かせください。<br>自立に向け、一緒に考えてみませんか？<br>秘密は守りますので、安心して相談してください。 |             |                                                                              |

|     |                                                                                      |             |                                                                              |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 29  | 障害のあるお子さんが受けられる手当                                                                    | 所要時間<br>20分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>障害があるお子さんの養育に関してはいろいろご心配なこともあると思います。その中で、少しでも家計を手助けする手当をご案内します（国の制度・町独自の制度）。 |             |                                                                              |

|     |                                                                                              |             |                                                                              |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 30  | 重度の障害をお持ちの人の<br>お出かけ応援                                                                       | 所要時間<br>20分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>黄福タクシーの利用と併せて、1回/年度のタクシー券などもぜひご利用ください。<br>特定疾患などの通院には7,000円/月を上限とする補助があります（※一部条件あり）。 |             |                                                                              |

|     |                                                                                                  |             |                                                                              |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 31  | 外見からはわからなくても手助けを<br>必要としている人がいます<br>～ヘルプマーク・ヘルプカードを知っていますか～                                      | 所要時間<br>20分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>現在、県内でも普及が進んでおり、今後皆さんも見かけることが増えていきそうなこのマークとカード。<br>活用法や見かけた時の対応の仕方を知っておくと、いろいろな場面で役立ちます。 |             |                                                                              |

|     |                                                                          |             |                                                                              |
|-----|--------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 32  | 障害福祉サービスって<br>どんなものがあるの？                                                 | 所要時間<br>40分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>18歳以上の障害福祉サービス（介護給付・訓練等給付）について<br>障害福祉サービス利用までの流れについて<br>利用料について |             |                                                                              |

|     |                                               |             |                                                                              |
|-----|-----------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 33  | 子どもの福祉サービスって<br>どんなものがあるの？                    | 所要時間<br>40分 | 申込先<br>福祉しあわせ課<br>☎ 66-1129 FAX 66-1167<br>fukushi@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>子どもの発達や自立を支援する福祉サービスについて、一緒に学んでみませんか？ |             |                                                                              |

|     |                                      |             |                                                                          |
|-----|--------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 34  | 子どもの医療費制度について                        | 所要時間<br>30分 | 申込先<br>保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>子ども医療費の仕組みについて、分かりやすくお伝えします。 |             |                                                                          |

|     |                                                                                      |             |                                                                          |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 35  | 入院や手術などで<br>医療費が高額になったとき                                                             | 所要時間<br>30分 | 申込先<br>保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容 | 担当から<br>入院する予定だけど、医療費がたくさんかかりそう…。もう手術代を払ってしまったけど返ってこないの？そんなときに利用できる健康保険の制度について説明します。 |             |                                                                          |

### ③ 健康・福祉

|                                                    |            |      |      |                                                                   |
|----------------------------------------------------|------------|------|------|-------------------------------------------------------------------|
| 36                                                 | 介護保険制度について | 所要時間 | 申込先  | 保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容                                                |            | 40分  | 担当から |                                                                   |
| ●高齢者の現在の状況は？<br>●介護保険制度の財政状況・内容は？<br>●要介護認定の手続き、流れ |            |      |      | 美咲町の高齢者の状況や、介護保険制度の仕組みなどについて、分かりやすくご説明します。                        |

|                                 |                                 |      |      |                                                                   |
|---------------------------------|---------------------------------|------|------|-------------------------------------------------------------------|
| 37                              | 「健康いきいき生活」<br>国民健康保険制度と保険事業について | 所要時間 | 申込先  | 保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容                             |                                 | 40分  | 担当から |                                                                   |
| ●国民健康保険制度の財政状況、概要と保険事業の取り組みについて |                                 |      |      | 美咲町の国民健康保険制度の概要、財政状況と病気の早期発見・早期治療の取り組みについて分かりやすくお話しします。           |

|                                                                |                                        |      |      |                                                                   |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------|------|-------------------------------------------------------------------|
| 38                                                             | 住みやすい地域づくりを目指して<br>～地域包括ケアシステムの構築に向けて～ | 所要時間 | 申込先  | 保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容                                                            |                                        | 30分  | 担当から |                                                                   |
| ●目指すべき地域とは？<br>●日常のつきあいが生活支援につながります<br>●気になる人、気にかけている人をつなぎましょう |                                        |      |      | 「お互いさまの助け合い」の輪を広げていくことで、支援や介護が必要となっても住み慣れた地域で暮らすために、一緒に考えてみませんか？  |

|                                                |              |      |      |                                                                       |
|------------------------------------------------|--------------|------|------|-----------------------------------------------------------------------|
| 39                                             | 後期高齢者医療制度とは？ | 所要時間 | 申込先  | 保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp     |
| 内 容                                            |              | 30分  | 担当から |                                                                       |
| ●後期高齢者医療制度の仕組みは？<br>●お医者さんにかかるときは？<br>●保険料について |              |      |      | 75歳以上の高齢者の人全員の医療制度。これまで加入していた医療保険制度から脱退し、新たに参加する後期高齢者医療制度について、ご説明します。 |

|                                                  |               |      |      |                                                                   |
|--------------------------------------------------|---------------|------|------|-------------------------------------------------------------------|
| 40                                               | 国民年金ってどういう制度？ | 所要時間 | 申込先  | 保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容                                              |               | 30分  | 担当から |                                                                   |
| ●国民年金に加入する人は？<br>●保険料は？<br>●どういうときに支給されるの？受給資格は？ |               |      |      | 高齢者などの生活のもととなる年金。その年金制度の一つ、「国民年金制度」についてご説明します。                    |

|                                                                              |                                     |      |      |                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|------|------|--------------------------------------------------------------------------|
| 41                                                                           | 美咲町版ACPについて<br>～自分の望む生き方を今から考えてみよう～ | 所要時間 | 申込先  | 保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp        |
| 内 容                                                                          |                                     | 60分  | 担当から |                                                                          |
| ●ACPってなんのこと？<br>●ACPをすることで何ができるの？<br>●ACPは、【いつでもどこでも何度でも】<br>●ACPノートを使ってみよう。 |                                     |      |      | ACPは、人生会議とも言います。自分に医療や介護が必要になった時に、どうしたいか今から考えておきましょう。講座では、ACPについてお伝えします。 |

|                                                                     |                                   |      |      |                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------|------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 42                                                                  | 認知症を知り、地域で支えよう！<br>～認知症サポーター養成講座～ | 所要時間 | 申込先  | 保険年金課<br>☎ 66-1115 FAX 66-1161<br>hoken@town.okayama-misaki.lg.jp               |
| 内 容                                                                 |                                   | 90分  | 担当から |                                                                                 |
| ●認知症の人への接し方、支え方<br>●地域で見守ろう<br>●講座を修了した方には、認知症サポーターの証となるグッズをお渡しします。 |                                   |      |      | 認知症の人と家族への応援者である、「認知症サポーター」を養成します。認知症になっても暮らしやすい地域づくりの一歩として、認知症について一緒に学んでみませんか？ |

|                                                                            |                  |      |      |                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------|------------------|------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 43                                                                         | こんな時どうする？育児のヒント！ | 所要時間 | 申込先  | 健康推進課<br>☎ 66-1195 FAX 66-1167<br>kenkou-1ban@town.okayama-misaki.lg.jp                              |
| 内 容                                                                        |                  | 40分  | 担当から |                                                                                                      |
| ●こんな時どうしたら？子どもへの関わり方、考え方を知ろう！<br>●家庭でもできる遊びをやってみよう！<br>（乳児期：親子遊び、幼児期：感触遊び） |                  |      |      | 子どもに話しかけているのに反応がない。聞こえていないのかな…？雨が降っていて外に出れないけど、家の玩具は飽きちゃった…。など、どうしよう…と思うことはありませんか？育児に活かせるヒントをお伝えします。 |

|                                           |                  |      |      |                                                                         |
|-------------------------------------------|------------------|------|------|-------------------------------------------------------------------------|
| 44                                        | 健康チェックでめざせ！アスリート | 所要時間 | 申込先  | 健康推進課<br>☎ 66-1195 FAX 66-1167<br>kenkou-1ban@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容                                       |                  | 90分  | 担当から |                                                                         |
| ●もしかしてアスリート？筋肉や脂肪量を知ろう！<br>●ころばん体操をしてみよう！ |                  |      |      | まずはあなたの体内状態を知りましょう。体内測定を行い、保健師・栄養士が運動や生活習慣のアドバイスを行います。                  |

|                                                            |                   |      |      |                                                                         |
|------------------------------------------------------------|-------------------|------|------|-------------------------------------------------------------------------|
| 45                                                         | ささっと SATで 栄養チェック！ | 所要時間 | 申込先  | 健康推進課<br>☎ 66-1195 FAX 66-1167<br>kenkou-1ban@town.okayama-misaki.lg.jp |
| 内 容                                                        |                   | 60分  | 担当から |                                                                         |
| ●美咲町の健康課題について<br>●食育SATシステムを使って保健師・栄養士と一緒にバランスの良い食事のアドバイス等 |                   |      |      | 食品サンプルを機械の上に載せるだけで栄養バランスが目でわかります。子どもから高齢者まで誰でも簡単にできる！まずはご連絡を。           |

|                                                                         |                              |      |      |                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------|------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 46                                                                      | 健康診断の結果、<br>もらって終わりにしていませんか？ | 所要時間 | 申込先  | 健康推進課<br>☎ 66-1195 FAX 66-1167<br>kenkou-1ban@town.okayama-misaki.lg.jp         |
| 内 容                                                                     |                              | 30分  | 担当から |                                                                                 |
| ●健診結果の見方と活かし方<br>●健康につなげる生活改善のヒントを知ろう！<br>●質問コーナー<br>※健康診断の結果を持参してください。 |                              |      |      | 健康診断を受けた後、結果の紙を受け取ったままになっていませんか？疑問に思っていたことを聞くチャンス！結果の見方や活かし方を学び、健康な毎日を手に入れましょう。 |

|                                                                 |               |      |      |                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------|---------------|------|------|----------------------------------------------------------------------------|
| 47                                                              | 気軽にスポーツしませんか？ | 所要時間 | 申込先  | 生涯学習課<br>☎ 66-3086 FAX 66-3730<br>syougai@town.okayama-misaki.lg.jp        |
| 内 容                                                             |               | 30分  | 担当から |                                                                            |
| ●スポーツ団体はいろいろあります<br>●どんなスポーツがどこでできますか？<br>●自分のスタイルに合わせて気軽に体力づくり |               |      |      | 町内にはスポーツ団体がたくさんあります。その一部をご紹介します。小さいお子さんから高齢者まで、スポーツや健康づくりのきっかけづくりをお手伝いします。 |