

生活困窮者への支援制度が始まります

生活困窮者自立支援法の施行により、生活保護に至る前の段階での自立支援策の強化を図るため、経済的に困窮の方を対象に、支援員が相談者と共に必要な支援を考え、支援プランを作成するなどの相談支援を行います。

また、離職等により住居を失った方・失うおそれの高い方には、就職に向けた活動をすることなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。

相談窓口 社会福祉協議会 (福祉会館4階 ☎042-386-10295)

学習塾等受講料貸付金 高校・大学等受験料貸付金

東京都では、受験生チャレンジ支援貸付事業として、中学校3年生・高校3年生のお子さんがいる一定所得以下の世帯に学習塾等受講料および高校・大学等受験料の貸し付けを行っています。

高校・大学等に入学すると、申請により貸付金の返済が免除されます。

【学習塾等受講料貸付金】

中学校3年生・高校3年生 20万円以内
高校・大学等受験料貸付金 高校受験 2万円7千400円以内 (1校当たり上限2万3千円。4校まで)、大学受験 10万5千円以内 (1校当たり上限3万5千円。3校まで)

対象 次のすべての要件を満たす方
▽世帯の生計中心者 (20歳以上) であること
▽課税所

得または総収入金額が一定基準以下であること
▽世帯の預貯金等資産の保有額が60万円以下であること
▽不動産所得を得ている土地・建物を所有していないこと
▽都内在住1年以上であること
▽生活保護を受けていないこと
▽世帯内に、暴力団員がいないこと
▽連帯保証人を立てられること

相談・受付窓口 社会福祉協議会 (福祉会館4階 ☎042-386-10295)

各種手当の支給
①児童扶養手当
4月期分 平成26年12月 27年3月分
②心身障害者福祉手当
第1期分 平成26年12月 27年3月分

問合先 自立生活支援課障害福祉係 (☎042-387-9844)

問合先 子育て支援課手当助成係 (☎042-387-9833)

振込日 4月10日 (金)
振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。

次のような場合には、ご連絡ください。
▽振込日以降、連絡がとれない場合
▽氏名、住所、口座を変更した場合
▽施設に入所した場合
▽障がい程度が変わった場合 (②)

市取扱分
◎2月分
【特定寄附】

◆地域福祉のために
▽10万円 匿名

善意の輪

健康ガイド



健康課健康係 ☎042-321-1240

胃がん検診・肺がん検診

平成27年4月から自己負担が導入されました。

同日に2つの検診が受けられます。どちらか一方のみでも構いません。

とき・ところ 下表のとおり
検査内容・費用 ▽胃がん検診 (バリウムを飲んでの胃X線検査) 1千円
▽肺がん検診 (胸部X線検査、喀痰細胞診) 1千円

※ 喀痰細胞診については医師が必要と判断した方がいづれも受診時に納入
※ 生活保護世帯の方は、減免制度がありますので、生活保護受給証明書を持参してください。

対象 胃がん検診 平成28年3月31日現在35歳以上の方。ただし、次の方はご遠慮ください。
▽前回の受診後、およそ1年たっていない方
▽過去1年以内に開腹手術を受けた方
▽腸閉塞の既往がある方
▽妊娠中もしくは妊娠している可能性がある方
▽自力で立位を保つことや撮影台の手すりをつかむことが困難な方

▽検査中指示に従って動けない方
▽バリウムアレルギーの方
▽誤嚥をしやすいため

問診により、検診をお断りすることもあります。
▽肺がん検診 平成28年3月31日現在40歳以上の方

健康課 (保健センター) (買井北町5-18-18)
福祉会館5階 (保健会場) (中町4-15-14)

健康課 (保健センター)
定員 各検診とも1日あたり50人 (多数抽選)
申込 4月14日 (必着) までに、郵送 (1人1通) で住所・氏名 (ふりがな) ・生年月日・電話番号・検診名 (「胃がん検診のみ」・「肺がん検診のみ」・「胃・肺がん検診のいずれか」・希望日 (3つまで) を明記し、健康課 (〒184-0015 買井北町5-18-18) へ。

高齢者肺炎球菌予防接種
対象 市内在住で、過去に接種歴がなく、次のいずれかに該当する方
▽60〜64歳で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいのある方 (身体障害者手帳1級)

▽平成27年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方
自己負担額 5千円
※ 生活保護世帯の方は、自己負担額が減免されます。生活保護受給証明書を医療機関へお持ちください。

子宮がん検診
対象の方には、案内を4月下旬に郵送します。
ところ 指定医療機関 (要事前予約) 健康課
問合先 健康課

予防治種
〈麻しん・風しん混合予防治種 (第II期)〉
対象 小学校に就学する日の1年前から就学日の前日までにある幼児

〈ジフテリア・破傷風二種混合予防治種 (第II期)〉
対象 小学校6年生 (11歳)

妊婦歯科健診
とき 5月11日 (月) 午後1時から、1時15分から、1時30分から (終了は3時ごろ)
ところ 保健センター
対象 おおむね16〜27週の妊婦の方
定員 20人 (申込順)
申込 4月1日から、電話で健康課へ。

むし歯予防教室
とき 5月14日〜28日の毎週木曜日午前9時から (受け付けは9時15分まで)
ところ 保健センター
内容 歯磨き練習、栄養講話など
※ むし歯予防教室受講後、希望者は引き続き歯科健診も受けることができます。 (終了は11時30分ごろ)
対象 平成24年10月生まれ (2歳6か月)〜26年4月生まれ (1歳) の幼児
※ 転入等で対象年齢を過ぎている場合は、ご相談ください。
定員 各日12人 (申込順)
申込 4月1日から、電話で健康課へ。

両親学級たんぽぽクラス (土曜日2日間コース)
とき 5月9日 (土)、16日 (土) 午前10時〜午後1時
ところ 保健センター
内容 妊娠、出産、育児の話、妊婦体操、もく浴実習等
対象 おおむね16〜27週の就労妊婦とパートナー (妊婦1人での参加も可)
定員 24組 (申込順)
申込 4月1日から、電話で健康課へ。

多摩府中保健所 各種相談のご案内
ご家族のみの相談でも構いません。事前予約が必要ですので、詳しくはお問い合わせください。
相談名 ▽精神保健医療相談 (こころの相談) ▽思春期相談 ▽老人精神保健相談 (認知症等) ▽アルコール相談
ところ 多摩府中保健所ほか

24時間テレホンサービス
▽東京消防庁救急相談センター ☎7119
▽東京都保健医療情報センター・医療機関案内ひまわり ☎03-5272-10303
聴覚障害者向け専用 ☎03-5285-18080

小児救急 (365日24時間)
▽武蔵野赤十字病院 武蔵野市境南町1-26-1 ☎04222-1321
▽小倉井市医師会 田中 功一

貼布剤の使い分け
貼布剤には布が茶色くて薄めのテープ剤と布が白く厚めの湿布とがあります。さらに湿布には冷湿布と温湿布がありますが、患者さんから冷やしたほうがよいのか、温めたほうがよいのかの質問がよくあります。

リウマチや痛風などで熱感があるときや骨折や打撲による外傷で腫れがあるときには冷やして炎症を抑えるために冷湿布を処方しています。

しかし、その冷却効果は実際には少ないので湿布の上から氷や保冷剤で冷やすことを勧めています。腰痛や肩こりなどの慢性的な痛みに対しては温めたほうがよいと言われています。

しかし、温湿布はトウガラシエキス成分により皮膚温がわずかにあがり、冷湿布に比べてかぶれる人が多いのであまり用いていません。そこで一般的にはテープ剤を使っています。こちらは湿布に比べて薬の皮膚への吸収がよいとされており、伸びやすくはがれにくいのが特徴で関節周囲の動きの大きなところに貼りやすく、テープ剤としての効果も期待できます。

ただし冷湿布、温湿布、テープ剤はいずれにおいても外傷や慢性的な痛みに対して効果がありません。

患者さんの好みに応じて処方することが可能になっています。担当医に相談してみたいかがでしょうか。

小倉井市医師会 田中 功一



健康メモ

貼布剤の使い分け

貼布剤には布が茶色くて薄めのテープ剤と布が白く厚めの湿布とがあります。さらに湿布には冷湿布と温湿布がありますが、患者さんから冷やしたほうがよいのか、温めたほうがよいのかの質問がよくあります。リウマチや痛風などで熱感があるときや骨折や打撲による外傷で腫れがあるときには冷やして炎症を抑えるために冷湿布を処方しています。しかし、その冷却効果は実際には少ないので湿布の上から氷や保冷剤で冷やすことを勧めています。腰痛や肩こりなどの慢性的な痛みに対しては温めたほうがよいと言われています。

小倉井市医師会 田中 功一