

塩谷郡市医師会 市民公開講座のお知らせ

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら
塩谷郡市医師会までお問い合わせください。
問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3
さくら市氏家保健センター内 塩谷郡市医師会

リビングウィル

医療技術の進歩や高齢者の長寿健康志向によって健康寿命は延びており、2025年には5人に1人が75歳以上という超高齢社会に突入します。市民の皆さまも人生の最終段階に自分はどういう最期を迎えたいか考えることがあるでしょう。

しかし、突然の事故や病気などで救命措置を必要とする事態に直面し、また一時的に生命を維持しても、次第に悪化し治る見込みのない終末期を迎える場合があります。終末期とは現在の医療では回復を見込めない状態を指しますが、実際には終末期かどうかの判断が難しいケースが少なくありません。このため病気を治すのではなく、延命治療や延命措置と呼ばれる避けられない死を一時的に延ばすための医療行為が行われているのが現状です。

終末期の判断が難しいように、救命と延命の判断は医療従事者でも意見が分かれているのが現実です。現在、厚生労働省などが終末期医療のガイドラインを整備し、1人の医師で判断せず、患者や家族の意思を尊重するなどの条件を満たせば延命治療の差し控えや中止が可能になりました。

リビングウィルとは「生きている間に効力を発する遺

池田クリニック 院長 池田 斉 (矢板市)

言」という意味があり、人生の終末に患者本人や家族がいかに満足した状態で過ごし旅立つか、言葉を変えれば理想の最期のために自分自身が望む人生の最終段階の治療方針を書き記すことです。しかし現実には自分の意思を記している人はわずかです。

今回の市民公開講座は、日本尊厳死協会の理事長を務める岩尾総一郎先生に講演をお願いしました。終末期のあり方に市民の皆さまと私たち医師や医療従事者がどう関わり合いを持つかを考える機会とさせていただきます。第一部は2015年栃木観光大使「とちぎ未来大使」に就任したケーナ奏者 Ren 氏によるミニコンサートをお楽しみください。

開催 第13回市民公開講座「リビングウィル」

日時／10月22日(日) 13:00～

場所／文化会館 大ホール

内容／第1部 南米の縦笛「ケーナ」で奏でる世界の名曲たち

第2部 安らかな看取りを求めて

そのほか／入場無料・予約不要

後期高齢者健康診査を受けましたか？

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病を早期発見し、いつまでも健康な生活を送っていただくため、後期高齢者健康診査を実施しています。受診を希望される方は、お問い合わせください。

	集団健診	個別検診
場所	集団健診会場	市内の医療機関
期間	5～11月	5月～翌年3月 (医療機関により異なります)

問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

対象／

- ・後期高齢者医療被保険者
- ・平成30年3月31日までに75歳になる方

料金／無料

そのほか／

- ・がん検診は、集団健診でのみ実施します。
- ・後期高齢者健康診査は、集団健診、個別検診のどちらかで受診してください。(両方は受診できません。)
- ・今年度75歳になる方で、医療機関での個別検診を希望される場合は、誕生日以降に受診してください。

10月の集団健康診査日程

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健診のお知らせ(問診票)
- ③受診券(特定健診を受診する社会保険の方)

	受付時間	場所	特定健診 胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん 骨粗しょう症	備考
4日(水)	8:00～10:30	文化会館小ホール	○	○	
10日(火)	8:30～10:30	勤労青少年ホーム	○		
23日(月)			○		

※市ホームページ(トップページ>組織でさがす>健康増進課>各種健診の日程)に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。

申込・問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

また、お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望する際は、必ず健康増進課へご連絡ください。(※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。)

矢板市歯科医師会

「歯のはなし」その56

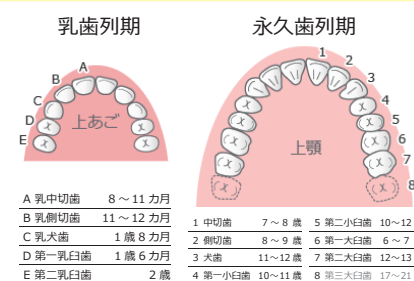
生まれた時、みなさんは歯がありましたか？誰もが経験していますが、覚えている人は少ないと思います。産まれてすぐは、母乳など液体の栄養のみを飲んで成長するので、歯があるとかえって邪魔になってしまいます。成長するにつれてだんだん固形物を食べるようになるので、歯が生えてきます。

はじめに乳歯が生えてきて、混合歯列期を経て永久歯に生え替わります。乳歯列は上下合わせて20本の歯があります。生後半年ぐらいから3歳前後にかけて生えそろうていき、だんだんに硬い食べ物も食べられるようになります。

混合歯列期は、乳歯から永久歯に生え替わる時期で、6～12歳ぐらいにかけて、徐々に生え替わっていきます。

問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

乳歯から混合歯列期は、体の成長もともなうので、調和をとって最終的な永久歯に生え替わっていきますが、上下の顎の成長や歯の大きさなどのバランスが悪いと歯並びに問題を生じることがあります。ですので、成長期にはバランスのとれた栄養を摂り、顎の成長を促すためにも正しい姿勢で噛みごたえのある食事をとることが大切で、全身的にも適度な運動をして健康的な体づくりが必要です。



国民年金 年金事務所からの 重要なお知らせ

年金を受けとるために必要な納付期間が25年から10年に短縮されました。対象となる方へは年金請求書を黄色の封筒でお送りしていますので、請求が済んでいない方は速やかに手続きください。

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎(22) 6311
矢板市市民課 ☎(43) 1117
☎(43) 5962

なお、混雑が予想されますので、ご相談・お手続きの際は、ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165 または、大田原年金事務所であらかじめご予約ください。

マイナンバー カード交付に 「事前予約」をご利用ください

市では、窓口でお待ちいただく時間をできるだけ短縮し、スムーズにお渡しできるよう、窓口延長時(毎週月曜日の17:15～19:00 ※月曜日が休みの場合は、翌日)のマイナンバーカード交付に「事前予約制」を導入しています。

問い合わせ／市民課 ☎(43) 1117 ☎(43) 5962

窓口延長時のカード交付を希望される方は、事前に市民課までお電話ください。
※通常の業務時間帯(8:30～17:15)は予約不要です。交付には20分程度かかりますので、時間には余裕を持ってお越しください。

一期一会を大切に
小さな葬儀社
家族葬ホール 矢板ホール
ゆったりホール 椿の花斎苑
もしもの時、ご心配な時は、いつでもお電話ください
☎0287(48)6785 (365日24時間対応)

会員様も
会員でない方も
お待ちしております!!

人形供養祭
11月12日(日)

【人形供養品で預かれるもの】
小さな葬儀社へお持ちください。
人形・ぬいぐるみ・写真など、預かります。
(注意) ケースははずして下さい。
(供養料はお気持で大丈夫です)

小さな葬儀社
矢板市片岡1913-25
電話 0287(48)6785

駐車場有