本庄西地域包括支援センター本庄市社会福祉協議会

西包括だより

第32号

令和　元年５月発行

〒367-0052 本庄市銀座 1-1-1 本庄市市民活動交流センターはにぽんプラザ２階
電話　0495-22-7088　　FAX　0495-21-5516
担当地区：本庄西地域（千代田・若泉・中央・銀座・小島南・小島・万年寺・下野堂・（照若町）・都島・山王堂・沼和田・杉山・新井）

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医とは。。。

かかりつけ医とは、日常的な診療や健康管理をしてくれる身近なお医者さんのことです。自分の身体の状態を把握してくれる主治医のことをいいます。

役割と必要性

- 病気や健康状態を把握してくれるので、安心して相談できます。
- 日常の健康状態に合わせたアドバイスをしてもらえます。
- 専門医や病院を紹介してくれて、スムーズな受診ができます。
- ケアマネジャーと連携してくれます。
- 主治医の意見書や指示書を書いてくれます。



※介護保険サービスを利用するために、要介護認定の流れの中でも大切な役割を果たしています。

気になる症状があるときは、
まず最初にかかりつけ医に相談してみましょう！



本庄市マスコット
はにぽん

健康診断をうけていますか？

健診は、病気の早期発見だけでなく健康管理にも役立ちます。
「元気なので必要ない」、「病院に通っているので大丈夫」とは思わずに、健康を保つために、年に１回は受けましょう。

特定健康診査は、本庄市国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入の方に、本庄市から通知があります。国民健康保険でない方は、加入の保険組合からご案内があります。
がん検診は、４０歳以上の方に本庄市が受診券を郵送しています。
各検診は無料で受けられます。

☆詳しくは、本庄市保健センター(24-2003)へお問い合わせください。



今月の「今日は何の日？」コーナー

５月３１日は
世界禁煙デイ

喫煙は、がんや心疾患、脳血管疾患等の原因になります。また、喫煙は喫煙者本人にとどまらず、周囲の人への影響も非常に大きいことから、健康増進法により、受動喫煙防止が定められています。

自分の健康や大切な家族のために、禁煙について考えてみましょう！

漢字で脳を活性化！

旬の魚です。
何と読みますか？

鰹・鯖・鯉

答えは下にあります。

★５月の予定★

日　時	行事	会場
５／１７（金） 13：30～15：10	**本庄市地域ケア個別会議**	はにぽんプラザ ３階 活動室Ａ
５／２４（金） 14：00～16：00	**認知症個別相談会** 認知症についての様々な相談に応じます。予約不要、相談無料です。お気軽にお越しください。	はにぽんプラザ ２階　事務室
５／２７（月） 13：30～15：30	**オレンジカフェはにぽん** 認知症の方やその家族、関係者など、誰でも気軽に立ち寄ることができます。お茶を飲みながら、息抜きしませんか。	はにぽんプラザ ２階 活動室Ｅ

漢字の答え　かつお・さば・こい