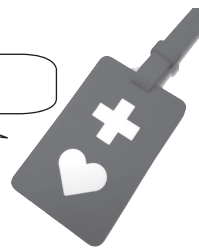


# 障がい





このマークをまちで見かけたら



## ヘルプマークは助け合いの「しるし」です

～12月3～9日は障害者週間～

障がいや持病があったり、妊娠していたり、義足や人工関節を使用しているなど、外見からは分からなくても援助を必要としている人がいます。こうした人たちが周囲に援助が必要なことを示す「ヘルプマーク」は、助け合いがスムーズに行われるための「しるし」です。このマークを見かけたら、思いやりのある行動をお願いします。

-  電車・バスの中で席を譲るなどの配慮を
-  商業施設や駅などで声を掛けてください
-  災害時は安全に非難するための介助を
-  発作や急な体調不良に対応を

外見は健康に見えても、疲れやすかったり、つり革につかまり続けることが困難な人がいます。

立ち上がる、歩く、階段の上り下りなどの動作が困難な人や、突発的な出来事に臨機応変に対応することが困難な人がいます。

視覚や聴覚に障がいがあるなど状況把握が難しい人や、肢体不自由な人などで自力での迅速な避難が困難な人がいます。

ヘルプマークに、救急車を呼ぶなど必要な対応方法が書かれている場合があります。



ヘルプマークが必要な人は…

ストラップ型・カード型ともに、いきいき4・6健康福祉課窓口で配布しています。郵送希望の場合は、下記まで問い合わせしてください。

問い合わせ先：健康福祉課 福祉支援グループ ☎82-5541

## ケアラーへの理解を

## 福祉

「ケアラー」って聞いたことがありますか？ケアラーとは、「高齢、障がい、疾病その他の理由により援助を必要とする家族、友人その他の身近な人に対し、無償で介護、看護、日常生活の世話その他援助を提供する者」と言われ、ケアラーのうち18歳未満の人をヤングケアラーとしています。ケアラーになることでさまざまな影響があると言われており、ケアラーに対する社会の理解と支援が必要とされています。ケアラーに関することは気軽に相談してください。



## 健康

### フレイル（加齢による虚弱）予防 ストレッチ教室に参加しませんか



参加できる方	町内に住民票のある65歳以上の方（事前の申し込みが必要です）	
場所	①（いきいき4・6）	②（萩野公民館）
曜日	毎週月曜日（第5・祝日を除く）	毎週木曜日（第5・祝日を除く）
時間	14時～14時45分	14時45分～15時30分
その他	参加は無料、持ち物、日程などは個別にお知らせします	

申し込み・問い合わせ先：高齢者介護課 ☎82-5541

## 忘れていませんか？大腸がん検診

## 検診

申し込み締め切り：12月15日(木)午前中

今年度最後の検診です。ぜひこの機会に受けましょう。  
**対象** 40歳以上の方  
**検査方法** 申し込み後、検体容器を送付します。容器に2日分の便を採り、潜血反応を調べます。検体は1月17日(火)～19日(木)午前中に下記へ提出してください。  
**料金** 500円（75歳以上の方、生活保護の方は無料）

早期の大腸がんは、自覚症状はほとんどありませんが、早く発見すれば完全に治る（治癒する）確率が高くなります。自覚症状のない段階の早期発見には大腸がん検診が有効です。

申し込み・問い合わせ先：健康福祉課 健康推進グループ ☎82-5541