

かしこい消費者



●**介護予防とは**
介護予防とは、要介護状態や要支援状態となることを予防したり、要介護・要支援状態となった場合でもその状態の軽減や悪化の防止に努めたりすることをいいます。

介護保険制度の00年4月の施行以降、要支援や要介護1など要介護度が低いレベルの高齢者が急増しました。要支援・要介護になった原因を調べると、リウマチなどの関節疾患や高齢による衰弱、転倒・骨折などにより、手足の動きが鈍くなり身体機能が衰えてくる廃用症候群によるものが多いことが分かりました。

そこで、05年の介護保険法改正において、介護予防に力点を置く「予防重視型システム」への転換が図られ、さまざまな介護予防事業が導入されることとなりました。

●**特定高齢者向け介護予防事業**
高齢者の中で、要介護状態・要支援状態となるおそれの高い虚弱状態にあると認められる高齢者（特定高齢者）といえます。に対して、地域包括支援センターが介護予防のためのプログラムを作成し、介護予防のため特定高齢者に該当するかどうかについて、市区町村は、生活機能に関するチェックリスト（1人で外出しているかどうか、ここ1年で転んだことがあるかどうかなど、25の質問）を高齢者に送り、その返答内容などに基づき、高齢者人口の5％を目安に特定高齢者を選定します。

シニア世代のライフデザイン

介護予防の推進

●**介護予防プログラム**
特定高齢者向けの主な介護予防プログラムとしては、運動器の機能向上や栄養改善、口腔機能向上があります。

運動器の機能向上とは、ストレッチや有酸素運動、簡易な器具を用いた運動などを通じて、転倒・骨折の防止や加齢に伴う運動器の機能低下の予防・向上を図ります。栄養改善とは、低栄養状態にある高齢者に対して、栄養士による栄養相談・教育を通じて栄養状態の改善を図ります。口腔機能の向上とは、歯科医師や歯科衛生士などが、口腔清掃の指導や接触・嚥下（えんげ）機能などに関する訓練を行います。

●**一般高齢者向け介護予防事業**
特定高齢者以外の一般の高齢者に対しては、地域において介護予防活動が自主的に、かつ、幅広く実施されるように、市区町村は、介護予防に関する普及啓発事業や活動支援事業を行います。具体的には、介護予防に関する講演会や健康教育や健康相談、一般高齢者向けの運動教室、ボランティア活動の推進、自主的な健康づくりへの支援などです。

（国民生活センター発行）

熊本県消費生活センター ☎383-0999 役場住民生活課 消費生活相談窓口 ☎286-3111 内線111・112
消費者地域相談員 遠山美智子 ☎286-4125 大塚慶子 ☎286-4792 吉村静代 ☎286-5914 富田セツコ ☎286-6525

平成23年度

犬の登録・狂犬病予防注射



実施日	場所	受付時間
5月14日(土)	大峯公民館	9時00分～9時30分
	広崎公民館(広崎公園)	10時00分～11時10分
	公民館広安分館	11時30分～12時00分
5月15日(日)	馬水北公民館	9時00分～9時40分
	安永公民館(安永2町内)	10時00分～10時40分
	役場(庁用車庫前)	11時00分～12時00分
5月21日(土)	上益城農協 旧津森事業所	9時00分～10時00分
	上益城農協 旧福田事業所	10時20分～11時00分
	上益城農協 飯野集出荷場	11時20分～12時00分

●手数料、料金

- 登録手数料(新規登録のみ) 3,000円
- 狂犬病予防注射料金 2,500円
- 狂犬病予防注射済票交付手数料 500円

※この集合注射を受けることのできない人は、最寄りの動物病院で受けてください。その場合は、別に狂犬病予防注射済証代等が必要です。

●町内の動物病院

- じんだ動物病院(広崎) ☎286-2361
- ましき動物病院(馬水) ☎289-0563
- 永田ペット動物医院(木山) ☎286-2038

問い合わせ先 役場住民生活課 生活衛生係
☎286-3111 内線114