

### 保健師による健康講座「認知症について」

認知症の基礎知識・症状について、日常生活で心掛けたこと  
 9/24(日)11:00~11:30 定12人 所申8/20(日)から忠和公園体育館（神居町忠和69・2345）

### 心の健康に関する催し

①③④事前に保健師の個別相談あり ①③④健康推進課  
 25・6364 ②健康推進課25・6364

#### ①つむぎ会「ひきこもり親の会」（予約制）

9/4(月)13:30~15:00 所第二庁舎3階  
 おおむね20~40歳代の引きこもり当事者の家族

#### ②断酒会員による酒害相談（予約不要）

9/7(木)13:00~14:30 所第二庁舎2階  
 アルコール依存や飲酒に関してお困りの方とその家族

#### ③旭川自死遺族わかちあいの会（新規のみ予約制）

9/15(金)13:30~15:00 所第二庁舎3階  
 自死遺族の方

#### ④精神科医師による心の健康に関する相談（予約制）

9/27(水) 所第二庁舎2階  
 精神科・心療内科への通院歴がない方とその家族

### 特定健診・後期高齢者医療健診とがん検診のセット型健診

9/12(火)=愛宕公民館（豊岡7の9）  
 9/13(水)=東部住民センター（東光5の2）  
 9/20(水)=永山住民センター（永山7の4）  
 9/21(木)=地場産業振興センター（神楽4の6）  
 9/25(月)=神楽岡地区センター（神楽岡12の2）  
 9/28(木)=おびつた（宮前1の3）

他協会けんぽ等の他保険の家族（被扶養者）も利用可  
 実施日の1週間前までに旭川がん検診センター 53・7111 詳国民健康保険課25・9841、後期高齢者医療健診は25・8536

### 人工肛門・人工膀胱の方のためのオストメイトさろん旭川

消化器系ストーマを中心とする講演、参加者の体験談ほか  
 8/26(土)13:30~16:00 所ときわ市民ホール（5の4）  
 オストメイト本人とその家族、介護者ほか  
 アドバイザーの医師またはWOCナース 詳日本オストミー協会北海道支部事務局011・764・2824

### 食生活改善地域講習会

食生活改善推進員・栄養士・保健師講話、調理実習  
 9/20(水)10:00~13:00 所調理実習室（第二庁舎6階）  
 定30人 料500円 申保健指導課23・7816

## 高齢運転者の方へ～運転免許証の自主返納をサポートします

市では、交通事故防止のため、企業等の協力をいただき「高齢者運転免許証自主返納サポート事業」を実施しています。市内在住の65歳以上の方で、運転免許証を自主返納し「運転経歴証明書」の交付を受けた方が、協力店に同証明書を提示すると、様々な特典を受けることができます。自分や家族の運転に不安を感じたら、運転免許証の返納を考えてみませんか。

※最新の協力店と特典内容は、交通防犯課に問い合わせるか、市で確認を。  
 ※運転免許証の返納や運転経歴証明書の交付申請（手数料1,100円）の手続きの詳細は、旭川運転免許試験場（51・2489）に問い合わせを。

企業・店舗の皆様へ 市では、同サポート事業にご協力いただける事業者を随時募集しています。詳細は、交通防犯課に問い合わせるか、市で確認を  
 交通防犯課25・6215



### 夜間・休日の当番医は 北海道救急医療情報案内センター

一般電話からはフリーダイヤル 0120・20・8699  
 携帯電話からは 011・221・8699

夜間急病センターの場所・診療時間  
 市立旭川病院2階（金星町1 25・0297）  
 午後10時～午前7時30分



### 新型コロナワクチン接種のお知らせ

令和5年春開始接種 同5年5/8から実施していた新型コロナワクチン春開始接種は8月中に終了します

令和5年秋開始接種 同5年9月から新型コロナワクチン秋開始接種が始まります。詳細については、市で随時お知らせします

新型コロナワクチンコールセンター  
 0120・057・160



### 胃・肺・大腸がん巡回検診

実施日	受付時間	会場
9/1(金)	9:00~10:00	中央公民館（5の20）
9/4(月)	9:00~10:00	神居団地集会所（神居5の12）
9/5(水)	9:00~10:00	神居公民館（神居2の9）
9/7(木)	9:00~10:00	栄町会館（4の西1）
9/8(金)	9:00~10:00	台場第一町内会館（台場1の5）
9/11(月)	9:00~10:00	愛宕公民館（豊岡7の9）
9/13(水)★	9:00~11:00	東部住民センター（東光5の2）
9/13(水)	9:00~10:00	曙児童会館（曙2の8）
9/14(木)	9:00~10:00	旭西会館（5の西8）
9/14(木)	9:00~10:00	神楽岡八区町内会館（神楽岡5の4）
9/15(金)	9:00~10:00	神居中学校（神居4の5）
9/20(水)★	9:00~11:00	永山住民センター（永山7の4）
9/20(水)	9:00~10:00	神楽宮前会館（神楽4の11）
9/21(木)	8:00~10:00	めばえ会館（東光14の7）
9/21(木)★	9:00~11:00	地場産業振興センター（神楽4の6）
9/22(金)	9:00~10:00	緑が丘住民センター（緑が丘3の3）
9/22(金)	9:00~10:00	神楽岡地区センター（神楽岡12の2）
9/25(月)★	9:00~11:00	共栄小学校（豊岡2の10）
9/27(水)	9:00~10:00	東旭川支所（東旭川北1の6）
9/27(水)~29(金)	9:00~10:00	おびつた（宮前1の3）
9/28(木)★	9:00~11:00	東地区体育センター（豊岡2の5）
9/29(金)	9:00~10:00	

★印の日は国保特定健診・後期高齢者医療健診も受診可。事前に申込みが必要  
 他申込み不要。持ち物や検診料等は問い合わせを。大腸がん検診は、当日会場で受け付け。後日、便を提出  
 ※旭川がん検診センター（末広東2の6 53・7111）でも受診可。希望者は同センターに申込みを。  
 健康推進課25・6315

# 福祉・健康情報

高齢者・障害がある方を対象としたお知らせや健康に関する情報です

●介護119番（高齢者総合相談）…………… 25・9119

## 福祉・保険

### 8/16~31は介護保険料「普通徴収」の方の第2期の納期

普通徴収の方の保険料の納入は、便利で確実な口座振替をご利用ください。

介護保険課25・5356



### 介護保険給付等の制限措置

特別な事情がなく保険料を納めずにいると、介護サービスを受けるときに、滞納期間に応じて次の制限措置を取ることがあります。

- 介護サービス費の一時的な全額自己負担
- 保険給付の一時差止め
- 利用者負担割合を3割または4割に引上げ、高額介護サービス費等の不支給

他特別な事情で保険料を納められない方には、保険料の減額や支払い猶予の制度あり  
 介護保険課25・5356

### 長寿祝金の配布について

今年度77歳に到達する方（昭和21年4/2~同22年4/1生まれの方）を対象に、長寿祝金5,000円を贈呈します。8月中旬~9月末頃に、各地域の民生委員が配布します。

長寿社会課25・6457

### モルック教室

8/27(日)13:00~15:30 所おびつた（宮前1の3）  
 各種障害者手帳、または特定医療費（指定難病）受給者証等をお持ちの方 定30人（抽選）

他上靴持参。動きやすい服装で  
 申8/25(金)までに旭川障害者連絡協議会 31・2226

## 健康

### 腸管出血性大腸菌感染症（O157等）にご注意を

O157やO26等に感染すると激しい腹痛や下痢などの症状が出る他、重い合併症を引き起こす場合があります。次のことに注意しましょう。

- 調理前や食事前、排泄後、汚物の処理後などは、流水と石けんで手を洗う
  - 肉類は75℃以上で1分以上加熱し、中心部まで火を通す
  - 調理器具等の衛生管理を徹底する
- ※1日に何度も水様便等の症状がある場合は、早めに医師の診察を受けましょう。

健康推進課25・9848