



江口 克信さん 飯山地区

「好きな飯山の地酒をマイジョッキで飲むのは最高ですね！」

E(エ)ネルギッシュな E(イー)ヤマの皆さんを紹介します

長野市にあるワイロプラント株式会社へ入社してことしで3年目になる江口さん。ベルトコンベアや選果機など農業機器の製作をする会社で、主に設計を担当しています。自ら設計した製品が「現場で動いているのを見ると達成感があります」と仕事は順調のようです。担当の設計業務のほか、全

# Eひと発見!

いいひとはっけん #66

全国各地へ出張することもある。そうして「長い期間で1か月間出張しているときもありませんが、色々な場所へ行くことはとても良いことですね」と常に前向きな姿勢です。趣味は、競馬観戦と最近始めたというゴルフ。競馬はテレビで観戦することが多いのですが、以前は競馬場まで足を運んで観戦もしていました。思い入れのある馬がいるので「応援している馬が勝つと嬉しい」と笑顔で話します。

『NPO自立生活サポートセンターいいやま』の活動を紹介します。「NPO自立生活サポートセンターいいやま」が正式に団体として発足したのは、今年の8月です。様々な問題を抱え、経済的に生活が苦しく困っている方、就職が難しい方など自立出来ずに困っている人たちの相談を行い、自立を目指すための支援やサポート活動を行うために発足しました。

これまで、活動に賛同する有志と共に、長野市や松本市を中心に生活困窮者への支援活動を行ってきました。有志で活動してきた

頃は規模も小さく、社会的認知もされていなかった。で、なかなか思うような支援はできませんでしたが、近年、こうした活動も社会的に必要とされ、国でも生活困窮者への生活支援や就業支援が必要と認められるようになりました。こうして県でも、「ながのパートナー・サポート・センター」が立ち上がり、生活や就業支援の活動が始まりました。このようなサポートセンターは、行政やNPO、その他様々な機関・組織と連携し、生活相談から就業支援まで総合的な支援を行っています。県内には長野市・松本市・上田市に設置されています。しかし、飯山市にはこのようなサポートセンターが設置されていないことから、これまでの経験を生かし飯山市でもこのような支援活動を

SSH講演会 10/14 飯山市民会館 13:45~15:45 講師 北澤宏一先生 (飯山市出身) わくわくサイエンス広場 10/15 飯山北高校 12:00~16:30 サイエンス教室 (小学生向き) 理数科課題研究ポスター展 お祭り広場 (出店等) 0900-693416120 E-mail: bj567890@gmail.com URL: http://bj1977.jindo.com

# 健康メモ

9月はがん征圧月間です。「健やかな 未来のためにがん検診」これは今年のがん征圧月間スローガンです。近年、がんは、男性・女性ともに、おおよそ2人に1人が一生のうちにかかると言われ、男性ではおおよそ4人に1人、女性はおおよそ6人に1人ががんで死亡しています(がんの統計10より)。がんの征圧には正しい知識と早期発見のための検診が欠かせません。今後、市では、10月に肺がん検診、11月には休日検診として胃・大腸・前立腺がん検診を行いますの

で、今年度受診されていない方は、がん検診を受けましょう。●検診が有効とされる5つの主要ながん(検診方法は飯山市の実施している検査法)▽肺がん:最も死亡者数の多いがんです。喫煙との関係が深いものの、たばこを吸わない人にも発生します。胸のレントゲン検査を行います。▽胃がん:患者数が最も多いがんです。食生活との関係が深く、塩分を控えることも効果的です。バリウム(造影剤)を飲んで胃のレントゲン検査を行います。▽大腸がん:食生活の欧米化により増加傾向のがんです。便の潜血反応検査で、検診の中では、最も簡単に痛みなく

検査できます。▽乳がん:女性の中では患者数が年々増加しているがんです。唯一自分で発見できるがんで、超音波検査とマンモグラフィ検査の二つの検査法を選択します。▽子宮がん:がんのできる部位によつて子宮頸がんと子宮体がんに分かれます。市では子宮頸部の細胞を採取する子宮頸がん検査を行います。子宮頸がんはヒトパピローマウイルスの感染に関係が深く、感染予防のための予防接種が実施されています。(市では、この他に採血検査による前立腺がん検診も実施しております。)

国民健康保険と国民健康保険の扶養について 世帯のなかで社会保険等の被用者保険に加入されている方がいる場合、その被用者保険の扶養に入ると世帯全体の保険料(税)負担が少なくなります。これは、国民健康保険には扶養という概念がなく、加入者数が増える分だけ保険料が増額になる制度に対し、被用者保険は扶養の人数による保険料の増額はないためです。ただし、扶養として認定されるには、次の条件に当てはまる

方のみとなります。一般的な扶養認定条件 ①60歳未満の方は年間収入130万円未満、60歳以上の方は、または障害年金受給要件に該当する方は年間収入180万円未満(税法上非課税の遺族年金、障害年金、雇用保険等も含まれる場合が多いです) ②扶養認定を受ける方の収入が、扶養する方の収入の半分未満 なお、健康保険組合により様々な要件がありますので、勤務先の健康保険担当部署にお問い合わせください。 ※75歳以上の方は、後期高齢者医療保険の加入となりますので、社会保険等の扶養にはなりません。

# 予防接種 10月 乳幼児健診

☆会場はいずれも飯山市保健センターです☆ (☎62-3111 内線630)

- 乳幼児健診・離乳食教室 受付時間・・・午後1時~1時45分 ◇4か月児 10月5日(水)平成23年5月生まれ ◇10か月児 10月12日(水)平成22年11月生まれ ◇1歳半 10月19日(水)平成22年3月生まれ ◇2歳児 10月3日(月)平成21年9月生まれ ◇3歳児 10月26日(水)平成20年9月生まれ ◇もぐもぐ離乳食教室 時間・・・午後2時~3時30分 10月17日(月)平成23年5月生まれ ◇かみかみ離乳食教室 時間・・・午前10時~11時30分 10月25日(火)平成22年11月生まれ

- 予防接種 受付時間・・・午後1時15分~2時 持ち物・・・母子健康手帳、予防票 ◇三種混合 ・接種日および対象地区 10月6日(木) 全地区 10月27日(木) 全地区 ①1期初回...3か月~6歳半になるまでに3~8週間隔で3回接種(2歳になるまでが望ましい) ②1期追加...1期初回の3回接種日から1年~1年半後に1回接種(7歳半になるまでに) ※接種後1週間は他の予防接種はできません ◇ポリオ ・接種日および対象地区 10月11日(火) 飯山地区 10月13日(木) 秋津・木島・柳原・外様・富倉地区 3か月~7歳半になるまでに6週以上あけて2回接種 ※接種後4週間は他の予防接種はできません

### ポリオの予防接種

ポリオは「小児まひ」と呼ばれ、以前は日本でも流行を繰り返していましたが、現在は予防接種の効果で流行はみられなくなりました。しかし、世界では現在でも流行している地域があることから、感染の可能性があります。感染しても症状が出ることは少ないのですが、感染した約1,000~2,000人に1人の割合で麻痺を起こすことがあり、一部の人には、その麻痺が永久に残ります。麻痺症状が進行し、呼吸困難により亡くなってしまうこともあります。ポリオの予防接種は、ワクチンのシロップを飲む予防接種ですので口の中に傷がある場合は接種できません。また、下痢をしているお子さんも免疫がつきにくい可能性がありますので体調を整えてお越しください。