

生活支援情報

◎ふれあい相談

10:00～15:00 高梁総合福祉センター
心配ごと相談・高齢者サービス相談 11月21日(木)
 12月19日(木)

身体障害者相談 12月5日(木)
福祉総合相談 毎週月～金曜日(祝日は除く)
 ※各相談窓口において随時相談に応じます。

■問い合わせ・相談予約
 高梁市社会福祉協議会地域福祉課 (☎227243)
 有漢支所 (☎573218) 成羽支所 (☎422005)
 川上支所 (☎489770) 備中支所 (☎453131)

◎人権擁護委員によるなやみごと相談

12月3日(火) 9:00～12:00 市役所別館第4会議室
 12月6日(金) 9:00～12:00 備中総合センター
 12月9日(月) 9:00～12:00 川上総合学習センター
 12月12日(木) 10:00～15:00 有漢農業構造改善センター
 10:00～15:00 成羽文化センター
 12月24日(火) 9:00～12:00 松原町コミュニティハウス
 ■問い合わせ 岡山地方法務局高梁支局 (☎222318)

◎法律相談(予約制)

12月10日(火) 13:00～16:00 市役所別館第5会議室
 ■問い合わせ・申し込み 市民課市民係 (☎210254)

◎行政相談

11月20日(水) 9:00～12:00 有漢保健センター
 12月2日(月) 9:00～12:00 市コミュニティプラザ
 12月6日(金) 9:00～12:00 備中総合センター
 12月9日(月) 9:00～12:00 川上総合学習センター
 12月13日(金) 9:00～12:00 有漢農業構造改善センター
 12月20日(金) 10:00～15:00 成羽総合福祉センター
 ■問い合わせ 市民課市民係 (☎210254)
 各地域局地域振興課住民・まちづくり係

◎司法書士相談

12月13日(金) 10:00～12:00 市役所別館第4会議室
 ■問い合わせ 市民課市民係 (☎210254)

◎消費生活相談

11月19日(火) 10:00～15:00 市役所分庁舎会議室A
 12月17日(火) 10:00～15:00 市役所分庁舎会議室A
 ■問い合わせ 市民課市民係 (☎210254)

◎職業相談

月～金 8:30～17:15 高梁公共職業安定所
 ■問い合わせ 高梁公共職業安定所 (☎222291)

備北保健所からのお知らせ

※下記の検査や相談はすべて予約制です。
 事前に電話にてご相談ください。

病態栄養相談 12月12日(木) 10:00～11:00
精神保健福祉相談 11月22日(金) 14:00～15:00
 12月4日(水) 14:00～15:00
 12月18日(水) 14:00～15:00
エイズ・性感染症検査 11月27日(水) 13:00～14:00
B型・C型肝炎検査 12月25日(水) 13:00～14:00
骨髄ドナー検査登録 11月27日(水) 13:00～14:00
 12月25日(水) 13:00～14:00

■問い合わせ・予約先
 備北保健所備北保健課 (☎212836)

休日当番医

※休日当番医が変更になる場合がありますので、受診前に電話でご確認ください。

月 日	医療機関名(所在地)	電話番号	月 日	医療機関名(所在地)	電話番号
12月1日(日)	成羽病院(成羽町)	☎423111	12月23日(月)	西医院(中之町) まつうらクリニック(成羽町)	☎22820 ☎42315
12月8日(日)	池田医院(中間町) 野村医院(巨瀬町)	☎22244 ☎250003	12月29日(日)	高梁整形外科医院(本町) 川上診療所(川上町)	☎221531 ☎484188
12月15日(日)	仲田医院(落合町) 有漢診療所(有漢町)	☎220511 ☎573141	12月30日(月)	大杉病院(柿木町)	☎225155
12月22日(日)	高梁中央病院(南町)	☎223636	12月31日(火)	藤本診療所(松原通) 備中診療所(備中町)	☎223760 ☎459001

◆お知らせ…11月の休日当番医が次のとおり変更になりました。

11月23日(土) 藤本診療所 → (変更後) 三村医院(巨瀬町) ☎259010
 11月24日(日) 三村医院 → (変更後) 藤本診療所(松原通) ☎223760

お知らせ



メンタルチェックシステム“こころの体温計”をご利用ください

こころやからだの疲れを感じていませんか? 悩みは、多かれ少なかれ誰にでもあるものです。しかし、その悩みがなかなか解決できなかつたり、長引いたりすると悩みはこころに大きな負担となり、支えきれなくなってしまう。

メンタルチェックシステム“こころの体温計”は、簡単な質問に答えることであなたのストレス度を判定するもので、判定結果によって簡単なアドバイスが表示されます。また、さまざまな相談窓口もご案内しています。携帯・スマートフォン、パソコンからいつでも気軽にチェックでき、名前や住所など個人情報の取得は一切ありませんのでお気軽にご利用ください。
 アドレス▶ <https://fishbowlindex.jp/takahashi/> (※市ホームページからも利用できます)



QRコード

■問い合わせ 健康づくり課母子保健係 ☎210228

お知らせ



がん検診「無料クーポン券」をご利用ください

市は、5年ごとの節目年齢(男性40歳～65歳、女性20歳～65歳)の人を対象にがん検診の無料クーポン券を交付していますが、今年9月末時点で胃がん検診7.4%、前立腺がん検診6.4%、子宮頸がん検診6.5%と非常に低い利用率となっています。まだがん検診の無料クーポン券を利用して受診していない人は、実施期間である平成26年1月末までに受診をお願いします。

※詳しい内容は「平成25年度成人検診ガイドブック」をご覧ください。

■問い合わせ 健康づくり課健康増進係 ☎210267

お知らせ



「平成25年度基本チェックリスト」の回答にご協力ください

市は、65歳以上の人を対象に「基本チェックリスト」を活用して心身の健康状態を確認し、体調に合わせた介護予防活動が行えるよう取り組んでいます。今回、対象になった人には回答結果を基に健康管理についての情報提供等を行っていきます。

対象の皆さまは調査の趣旨をご理解いただき、回答をお願いします。

- ◆対象者 市内在住で平成25年4月1日から平成26年3月31日までの間に65歳に達する人で介護認定のない人
- ◆調査実施期間 12月6日(金)～12月27日(金)
 ※回答記入後は、同封の返信用封筒で12月27日(金)までに投函してください。

■問い合わせ 保険課地域包括支援係 ☎210300

イベント



市民公開講座「胃がんの予防・治療と地域で支え合い」を開催します

市の胃がんによる死亡は、がん死亡の中で男女とも2位を占めています。胃がんにはピロリ菌感染が深く関わっており、ピロリ菌と胃がんの予防・治療についての最新情報を広く市民の皆さんに知っていただき、がんの治療中であっても、住み慣れた地域で生活の質を落とすことなく、医療や介護を受けることが出来るよう在宅医療連携を促進するため市民公開講座を開催します。ぜひ多くの皆さんの参加をお待ちしています。

- ◆日時 12月7日(土) 午後2時(開場:午後1時30分)～午後4時40分
- ◆場所 文化交流館 3階中ホール
- ◆講演 「在宅緩和ケアに向けて」

講師:大杉病院 木村秀幸医師、座長:仲田医院 仲田永造院長

「早期胃がんの診断と治療」

講師:成羽病院 鶴見尚和副院長、座長:成羽病院 那須龍介副院長

「ピロリ菌感染症 当院の取り組み」

講師:高梁中央病院 志茂公洋医師、座長:高梁中央病院 仲村隆資副院長

「胃がん撲滅に向けて」

講師:川崎医科大学総合臨床医学 井上和彦准教授、座長:西医院 西 厚生院長

■問い合わせ 健康づくり課健康増進係 ☎210267、保険課連携推進係 ☎210304