

消防署からのお知らせ

救命の輪を広げよう!!!

傷病者の命を救い、社会復帰に導くために必要となる一連の行いを『救命の連鎖』と言います。『救命の連鎖』は、「心停止の予防」、「心停止の早期認識と通報」、「一次救命処置」、「二次救命処置と心拍再開後の集中治療」の4つの輪で成り立っており、この4つの輪が途切れることなく素早くつながることで救命効果が高まります。

「救命の連鎖」の最初の3つの輪は、その場に居合わせた人（住民）により行われることが期待されます。住民により心肺蘇生が行われたほうが、行われなかった時より生存率が高く、住民がAEDを使用し、電気ショックを行ったほうが、生存率や社会復帰率が高いことが分かっています。

もしも、あなたの目の前で大切な人が突然倒れたら、あなたは何かができますか？救急車が来るまで何もしないで待っていますか？

大切な人を、家族を、そしてかけがえのない命を守るため、定期救命講習を受講しましょう！！

平成29年度石川消防署管内定期救命講習会開催予定表

- ・普通救命講習会Ⅰ…成人に対しての救命法（3時間）
- ・普通救命講習会Ⅱ…成人に対してのより詳しい救命法、筆記試験あり（4時間）
- ・普通救命講習会Ⅲ…小児に対しての救命法（3時間）
- ・上級救命講習会…救命法を含めた応急手当全般（8時間）

心停止の予防 早い119番通報 早い心肺蘇生法と除細動 救急隊や病院での処置



開催年月日	開催日・曜日		開催場所
	日曜日	木曜日	
平成 29 年 5 月	14 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	25 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	平田村中央公民館
6 月	11 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	29 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	浅川共同福祉施設
7 月	9 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	27 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	石川町公民館
8 月	20 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	31 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	古殿町公民館
9 月	10 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	28 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	(10 日) 玉川村就業改善センター (28 日) たまかわ文化体育館
10 月	8 日 (上 級)	26 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	石川町公民館
11 月	12 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	30 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	浅川共同福祉施設
12 月	10 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	21 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	平田村中央公民館
平成 30 年 1 月	14 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	25 日 (普 通 Ⅲ)	石川町公民館
2 月	11 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	22 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	古殿町公民館
3 月	11 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	29 日 (普通Ⅰ・Ⅱ)	たまかわ文化体育館

○申込方法…受講日の5日前までに、電話またはFAXでお申込みください。

・石川消防署平田分署 (☎ 55-2213 FAX 0248-94-2079)

※なお、受講希望者が5人に満たない場合は、講習会の開催を中止とさせていただきます。

詳しくは、石川消防署平田分署 (☎ 55-2213) にお問い合わせください。



公立小野町地方総合病院からのお知らせ



今回は、皮膚科外来の診療を担当しています渡辺利夫医師を紹介します

はじめまして、渡辺利夫と申します。私は、福島県立医科大学を卒業後、同大学院で研修を行い郡山市内の病院勤務を経て、郡山市内で渡辺皮膚科クリニックを開業していました。

昨年末、クリニックの閉院により、ご縁があって、当病院で皮膚科の診療を担当することになりました。

これまでの経験を生かし、地域医療に役立つ診療を目指してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



わたなべ としお
渡辺 利夫 医師

○渡辺 利夫医師の診療日及び受付時間

診 療 日：毎週火曜日

受付時間：午前 8：30～12：00

午後 1：00～ 5：00（初診の方は、午後 4：30 までの受付となります）

診 療 日：毎週金曜日

受付時間：午前 8：30～12：00（初診の方は、午前 11：30 までの受付となります）

お問い合わせ先：公立小野町地方総合病院 総務課 ☎ 0247-72-3181 (代)

総合健診を受けましょう *6月20日(火)~25日(日)*

～大切な未来は健康から～

6月20日(火)から25日(日)まで、総合健診が行われます。
年に1回は健康チェックをして安心生活を送りましょう。

待ってるよ!!



Ns. ジュッピー

村の総合健診はここが良い!!

その1 特定健診とがん検診が同時に受診できます!

特定健診【対象者:40~74歳の国保加入の方、社保被扶養者(家族)】、
75歳以上健診

+

胃がん・前立腺がん・肺がん・
大腸がんの各検診

その2 がん検診は加入保険に関係なく簡単に受診できます!

・社保、国保関係なく対象年齢であれば、どなたでも受診できます。

その3 19~39歳の方も健康診査が受診できます(無料ですよ!)

・会社等の健診を受ける機会のない方はぜひお気軽に受診してください。

受付簡単!安心!そして短時間!

その4 自己負担金が安い!

◎5月下旬から担当保健推進員が対象者に受診録を配付します。不明な点は健康福祉課にご連絡ください。

◎社会保険被扶養者(家族)で村の特定健診を受診する場合は、加入保険者の受診券、保険証が必要です。

お問い合わせ先

【国保特定健診、がん検診について】健康福祉課 ☎ 55-3119

【社保被扶養者特定健診】協会けんぽ加入者:協会けんぽ ☎ 024-523-3919

健康保険組合加入者:加入している健康保険組合

◎総合健診:平成29年6月20日(火)~25日(日) ◎場所:保健センター

検診種類	対象者(年齢起算日:平成30年3月31日)	自己負担金
特定健康診査	40~74歳の国保加入者 ※社会保険被扶養の方も、一部の保険を除き受診可	500円
胃がん検診(バリウム検査)	40歳以上	500円
前立腺がん検診(血液検査)	50歳以上の男性	500円
大腸がん検診	40歳以上	無料
肺がん検診(胸部レントゲン)	40歳以上(65歳以上は結核検診も実施)	
肝炎ウイルス検査	19歳以上で肝炎ウイルス検査を受けていない方	
75歳以上健康診査	健診当日満75歳以上の方	
19~39歳の健康診査	19~39歳で学校や職場で健診を受ける機会のない方	



Dr. ジュッピー

●作り方
①すりごま、麺つゆ、水をボウルで混ぜる。
②アボカドとトマトは3cm角に切り、玉ねぎは薄切りにして水にさらす。
③②をボウルへ入れ、アボカドを崩さないように和える。
④10分くらい冷蔵庫に入れて味をなじませ、器に盛ったら完成。

●材料(4人分)
アボカド.....1個
トマト.....1個
新玉ねぎ.....1/4個
すりごま(白).....大さじ1
麺つゆ.....大さじ1
水.....大さじ1

今月は、洋風ごま和えを紹介しします。アボカドは、脂質が多く、森のバターと呼ばれるが、コレステロール量はほんのわずかです。食物繊維や、酸化ビタミンの一種、ビタミンEを豊富に含んでいます。



今月のmenu
体にやさしい
100文字レシピ
『アボカドとトマトのごま和え』

まごわやさしい

調理時間
約10分

栄養成分(1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
91kcal	1.6g	8.0g	5.0g	0.2g