



国の行政機関をはじめ、独立行政法人、都道府県、市町村(国の仕事の関係)などの仕事に対する苦情や要望、問い合わせを受け、問題の解決を促進し、より良い行政を目指す。これが行政相談制度です。

春の行政相談週間

5月18日(月)～24日(日)

町では、この行政相談と人権相談、法律相談をあわせて「住民相談」として、次のとおり窓口を設けています。どうぞお気軽にご相談ください。

■日時 毎月第1・3木曜日 (祝日の場合は翌週) 午後1時～5時

■場所 役場1階住民相談室
予約先 総務課 (内線404・405)

相談員 (敬称略)
〈行政相談委員〉
○大谷み代子
三芳町大字藤久保880番地49
○池上まさあ
三芳町大字竹間沢1004番地1
〈人権擁護委員〉
○大野タマリ
三芳町大字北水井867番地25
○鷹野峰子

いつまでも健やかに暮らすために生活機能をチェックしてみよう

生活機能評価(介護予防健診)のご案内

「生活機能評価とは」……年齢とともに現れる心身の衰え(運動機能や口腔機能の低下、低栄養状態)を「基本チェックリスト」で確認し、早期に介護予防事業に参加していただくことで、要介護状態になることを防ぎ、自立した生活を継続していただくための介護予防健診です。

※「基本チェックリスト」は、生活の状況や運動機能、栄養状態などに関する25個の項目に「はい」か「いいえ」で答える質問票です。
※生活機能評価の対象は、65歳以上の方で、介護保険の介護認定を受けていない方になります。
問い合わせ 高齢者支援課 地域包括支援センター (内線188・189)

◆生活機能評価の受け方◆

- ①「基本チェックリスト」を記入し、返信してください。
※昨年の「基本チェックリスト」の結果生活機能の低下が予測される方で、医療機関での生活機能検査を受けなかった方と生活機能検査の医師の判定で、生活機能の向上が必要と判定された方には、「基本チェックリスト」を郵送しております。5月20日(木)までに記入の上、返送してください。
- ※他に「基本チェックリスト」は、健康教室の実施場所等で配布されますが、体力に自信がない方や、足の筋力の衰え等を心配されている方は、地域包括支援センターにご相談ください。

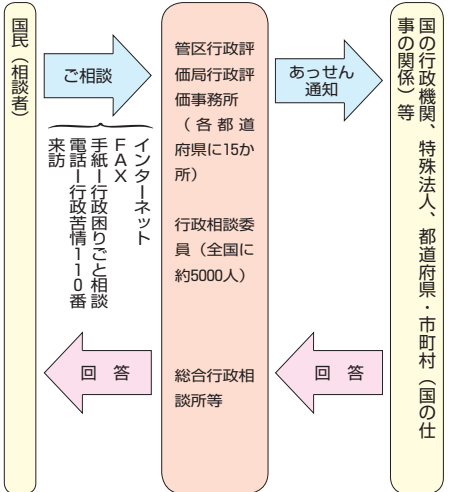
項目	はい	いいえ	不明	該当しない	不明	該当しない
1 1日以内で電車で一人で外出していますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 日用品の買い物をしていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 服の着脱は一人でできますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 食事を一人で食べていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 歩行や車の運転は一人でできますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 階段を昇り降りや壁をつたわらずに歩けますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 歩行に疲れたら休憩がとれず歩かなくなっていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 10分以内で歩行ができていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 この季節に足が冷たくなっていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 転倒に対する不安は大きくなっていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 1ヶ月で5kg以上の体重減少がありましたか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 身長 170 cm 体重 65 kg	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 半年前と比べて顔のむくみがひどくなりましたか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 吐き気や嘔吐などでお悩みがありますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 口の動きが鈍くなっていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 歯に問題はありませんか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 歯痛はすべてお薬で治っていますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 歯の入れ歯が1つ以上は、食事の時にずれや痛みを感じますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 自分で電話番号を覚えて、電話をかけることができますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 自分で郵便物の住所を記入することができますか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 この季節に自分で洗濯ができませんか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 この季節に一人で着込んで着たことがありませんか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 この季節に自分で着たことがありませんか	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 この季節に自分が立つ人間とは思えません	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25 この季節に何かをやるのが億劫に感じます	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- ②「基本チェックリスト」の結果、生活機能の低下が予測される方には、「生活機能評価受診票」をお送りします。
指定医療機関で健診(医師の診察や心電図などの検査)を受けてください。(自己負担はありません。)
※指定医療機関や健診実施時期については、受診票送付時にご案内します。
※生活機能検査が必要ないと判断された方へは、受診票の送付は行いません。

③医師の判定により生活機能の向上が必要と判断された方には、地域包括支援センターより「介護予防教室」をご案内します。日ごろの生活のなかで気になっている健康状態などについて気軽にご相談ください。

◆介護予防ってなに?◆

最近、外に出るのがおっくうになった、よくつまずくようになった。食事があまりおいしくない……そんなふうを感じることはありませんか。「自分にはまだ早い」と思っている方も、意識して運動・栄養に気をつけなければ、身体の機能は衰え、老化してしまいます。元氣なうちから意識して早めに取り組んでいくことが介護予防です。そのためには……身体を意識して動かし、筋力を維持しましょう。毎日の食事を見直し、おいしくバランスよく食べましょう。外に出る楽しみを見つけ、笑顔でいられる時間を大切にしましょう。



特設人権相談所を開設します

「6月1日は、人権擁護委員の日です」

全国人権擁護委員連合会では、6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、この日を中心として各市町村において人権擁護委員による人権相談所を開設して、皆さんとともに「一層の人権尊重思想の啓発に努めることを申し合わせておきます。」
三芳町では6月1日の「人権擁護委員の日」にあわせて次のとおり特設人権相談所を開設し、人権擁護委員が、みなさんからの人権にかかわる困りごとや悩みの相談をお受けします。
日時 6月1日(金)、午後1時～4時(予約制)
場所 三芳町役場1階 住民相談室
相談員 人権擁護委員
問い合わせ 総務課(内線404)

平成21年4月1日から、新たに委嘱された行政相談委員を紹介いたします。

平成21年4月1日付けで、次の人が総務大臣から行政相談委員に委嘱されました。(敬称略)
氏名 池上まさあ
住所 三芳町大字竹間沢 1004番地1

