

# 保健センター だより

- 弓削保健センター  
TEL 77-3700
- 岩城保健センター  
TEL 74-0755
- 生名保健センター  
TEL 74-0911
- 魚島保健福祉センター  
TEL 74-1120

## 「耳」よりな話



耳にはどんな機能があるか知っていますか？「音を聞く」、音がどちらから聞こえているのか「音の方向を知ること以外にも「体のバランスをとる」という大切な役割もあります。まっすぐ走れたり、片足で立てたりするのも、実は耳の働きのおかげなのです。

### ◆耳のしくみとしくみ

耳には音を聞くだけでなく、①音の方向を知る②体のバランスをとる③気圧の変化を調整するなど、普段は気づきにくい大切な働きもあります。

【外耳】音を集めて方向を判断し、中耳に音を伝えます。鼓膜までの外耳道は粘液を出して異物の侵入を防ぎ、耳あかとして自然に排出されます。

【中耳】外耳からの音は鼓膜を振動させ、中耳にある3つの耳小骨に伝えます。

【内耳】耳小骨からの振動を電気信号に変えて神経を通り、脳に伝え、実際に音を感じます。また平衡感覚を感じとり、体のバランス感覚を保ちます。

内耳にある三半規管にはリンパ液が満たされており、液体の形状の変化が神経を通じて脳に伝わり、頭の位置や動き、また、重力の方向を感じ取る働きがあります。



### ◆耳の健康のために

最近の耳を取り巻く環境は、外出時は特に、常に音楽や騒音が耳に入ってくる状態で、あまり良いとは言えないかもしれません。工事現場での機械音や、店舗等で音楽や宣伝用

の放送を聞き続けている人は、神経が過剰に刺激されて耳鳴りが残ったり聴力が低下したりすることがあります。また、無意識のうちにストレスとなつて体の不調を引き起こす可能性もあります。ヘッドホンステレオによる難聴も増えているそうです。

耳の健康のために、日常の環境を少し見直してみませんか？耳栓や防音マットを使ったり、できるだけAV機器のボリュームを下げたり、ちょっとした工夫ができると思います。忙しい毎日かもしれませんが、たまには耳を休ませてあげるため、水の流れや鳥や虫の音が聞こえるような、自然の中に身を置いてみるのもいいものです。



### ★こんなときは早めの受診を

- めまい・耳鳴りが頻繁におきる。
- 人の話を何度も聞き返したり、家族からテレビのボリュームが大きくなったと言われたりする。

メニエール病や、様々なケースの難聴（加齢によるものも含む）が考えられます。放置せず、耳鼻科で適切な処置をしてもらいましょう。

### ★知っていますか？「耳マーク」

このマークは「耳が不自由です」という自己表示が必要ということに考案されたものです。



聴覚障害者のシンボルマーク「耳マーク」

この矢印には、聞こえない・聞こえにくい全てのの人々にとつて聞こえの向上、保障を求めていく積極的な生き方の象徴を意味しています。

「聞こえない」「聞こえにくい」という障害を持った人たちは、日常生活で大きな不便を感じています。でも、耳の不自由さは目で見えないために、まわりの人たちには分かりません。

人に見えない障害なので、いろんな窓口や病院で順番を飛ばされたり、また聞こえないことで危険にさらされることもあります。

周囲の人に一目で耳が不自由であることを気付いてもらえるように「耳マーク」が考案され、全国的に耳マークが普及されています。

毎月、保健センターでは、「健康教室」「健康相談」などを実施しています。健康づくりのきっかけ、一助としてお気軽にご参加ください。

## 在宅介護支援センターだより

在宅介護支援センターは、地域の高齢者や介護する家族が安心して暮らせることを目的に、保健師や介護福祉士等が常時相談に応じています。

■弓削	77-3698
■生名	74-0921
■岩城	74-0755

## 在宅介護支援センターが 地域包括支援センターに 変わります

平成19年4月から上島町地域包括支援センターを設置することに伴い、高齢者の総合相談窓口として機能してきた在宅介護支援センターは、平成19年3月をもって廃止することになりました。長い間お世話になりました。

なお、現在の業務は地域包括支援センターに引き継ぐこととなりますので、ご安心ください。

### 《地域包括支援センターの 主な業務》

#### ①総合相談支援

高齢者やその家族の方のさまざま

な相談に応じ、必要なサービスや制度につなげます。

#### ②権利擁護

お金の管理や契約などに不安のある方の、成年後見制度等の利用の検討を支援します。また、虐待の早期発見や把握に努め、高齢者の方を守ります。

#### ③包括的・継続的 ケアマネジメント支援

高齢者の方を直接支援するほか、地域のケアマネジャーが円滑に仕事ができるよう支援します。

#### ④介護予防ケアマネジメント

高齢者の状態に合わせた介護予防事業や介護予防サービスが利用できるよう計画を作成し、自宅で自立した生活が続けられるよう支援します。

地域包括支援センターは、高齢者の皆様がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活できるよう支援していきますので、よろしくお願ひします。



## 交通災害共済加入のお知らせ

平成19年度交通災害共済の加入受付を開始します。

交通災害共済とは、交通事故に遭われた方に対し見舞金をおくる制度です。加入手続き（受付場所や受付時間）については、上島町各総合支所の総務課から回覧等でお知らせします。

#### ○共済掛金

1人年額	一般	600円
	中学生以下	250円

#### ○加入期間

平成19年4月1日～平成20年3月31日（期間の途中で加入された方は、掛金を納めた日の翌日から平成20年3月31日までとなります。）

#### ○加入資格

上島町に住所登録をされている方

#### ○問合せ先

弓削総合支所総務課	(TEL 77-2500)
生名総合支所総務課	(TEL 76-3000)
岩城総合支所総務課	(TEL 75-2500)
魚島総合支所総務課	(TEL 78-0011)

## ご利用ください 上島町奨学金貸付制度

学校教育法による高等学校・高等専門学校・大学等に経済的な理由で進学が難しい人に、学資の一部を無利子で貸付ける制度です。（貸付けには、所得・学業成績による審査があります。）

#### ■奨学金を借りるための資格

- ①上島町に居住している者の子弟又は被扶養者であること
- ②学業成績が良好で進学意欲が旺盛であること
- ③心身ともに堅実であること
- ④経済的理由で進学が困難であること

#### ■貸付の限度額

- 高等学校・高等専門学校生等……月額3万円
- 大学生等……月額5万円

#### ■申請期間 毎年3月1日～4月10日

#### ■申請書類等

- ①保証人2名
- ②奨学金貸付申請書
- ③学校長の意見書
- ④学業成績証明書（最終2年間）
- ⑤医師の健康診断書
- ⑥在学証明書（入学後）
- ⑦住民票の写し（家族全員）
- ⑧所得証明又は源泉徴収票

■償還方法 貸付期間満了後、6ヶ月据置き、10年以内に年賦又は月賦により償還

#### ■問合せ先

上島町教育委員会 TEL 0897-77-2207

又は、上島町教育委員会各支所の窓口へお問い合わせください。