

## 訪問リハビリテーションをご存じですか?

京丹波町病院では訪問リハビリテーションを行っ ています。

病気やケガ、年齢を重ねることにより生活機能が 低下するなど通院することが困難になる場合があり ます。そんな方のご自宅に理学療法士などのリハビリ スタッフが訪問して、その方の活動につながる機能の 訓練を行ったり、活動につながる環境調整(歩行器や 車椅子、手すりなどの福祉用具の活用や住宅改修の 提案、介護者に対して介護方法の伝達など)を行った りして、その方らしい生活を取り戻すことや生活の質 の向上を目指して取り組んでいきます。

病気やケガ、年齢を重ねることによって毎日の暮ら しの中で「トイレまで行くのにこけそうで怖い」、「勝 手口の段差を上がる力が出ない | など、困りごとがあ ると大変ですよね。少しの工夫や頑張りで今までと方 法は違うけれど、安心してできることがあるかもしれ ません。

自宅で、そして京丹波町で安心して暮らし続けた い、そんな方やご家族をサポートいたしますので当 院へご相談ください。

問:国保京丹波町病院 TEL86-0220

# いきいき健康術



## 「便潜血検査」受けたことありますか?

京丹波町病院 月曜日、水曜日、第4土曜日

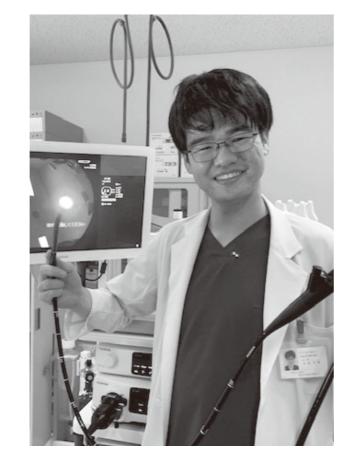
和知診療所 火曜日 総合内科一般外来

「便潜血って何の検査??」、「検査を受けて"陽 性"って出たけど放置している…」といった方はいま せんか。

「便潜血検査」とは、便に見た目にはわからない微 量の血液が含まれているかを調べる検査で「大腸が ん検診」として以前から行われているものです。

通常は便が出てくるまでの過程で便に血は混じり ません。しかし、大腸がんや大腸ポリープは出血しや すく、それらがあると便に血が付いて陽性の結果に なります。「便潜血検査」はスクリーニング検査(その 病気の可能性があるかどうかの検査)ですので、陽 性でもポリープが見つかる確率で50%、大腸がんが ある確率で数%といわれています。

がんは無症状で進行していくことが多い病気で す。しかし、「便潜血検査」を受けることで早期発見で きれば治る可能性が高くなります。そのため、陽性で あればぜひ大腸カメラを受けてください。また、「便 潜血検査」は少ない負担でできる検査なので、まだ 受けたことがない方はぜひ一度ご相談ください。



# ~健幸~生き活きウェルネス ====

京丹波町にお住いの皆さんが健やかに幸せに「健幸」で暮らせるように・・・。 国保京丹波町病院では、病気になる前の「予防医療」を大切に 病気を患ってからもその人なりに幸せに暮らせるよう「地域包括ケアシステム」を 充実し町民一人ひとりの健幸Wellnessーウェルネスーを目指しています。



### Wellnessコラム

## 秀治院長



先日、タレントのリュウチェルさんが亡くなりまし た。自殺と報道されています。歌舞伎役者の猿之助 さんご一家も調査中ではありますが、自殺未遂や自 殺ほう助などと報道されています。

有名人の方が自殺されるとテレビなどでもこのよ うに話題になりますが、今、日本では毎年2万人以上 の方が自ら命を絶たれており、15~39歳の若い世 代では自殺が死因の第一位となっています。京丹波 町でも昨年は自殺された方は0名でしたが、毎年数 名の方が自殺されていて決してよそ事で済ましては いけないことと思います。

京丹波町では自殺対策推進会議というものが 定期的に持たれており、いろいろな事で悩んでお られる方と向かい合い、最悪の事態を招くことが ないようにサポートする体制を整えようと努力し ております。

毎月2回、精神保健福祉士による「こころの健康相 談しという相談会を開いていますし、メンタルチェッ クシステムの「こころの体温計」でストレス度を診る こともできます。それらは京丹波あんしんアプリでも 詳細を見ることができますし、健康推進課に相談し ていただくこともできます。

また、7月から8月にかけて、町民を対象とした「こ ころの健康に関する町民意識調査」というものが予 定されています。無作為抽出によるアンケート調査 ですが、是非、皆さんの協力をお願いしたいと思いま す。悩んでおられる方を地域でサポートし守ってい く、そんな京丹波町になればいいですね。

09 | NO.214