

ようこそ!
パソコン寺子屋・別館へ

パソコン寺子屋運営委員会では、町内在住・在勤の成人を対象に次のとおり教室を開催しています。参加費無料。事前申込不要。パソコン、筆記用具持参。

パソコン寺子屋

みなさんからいただいたご要望を生かして、毎回テーマを決めてワンポイント講座を開催しています。初めての方も簡単な登録ですぐに参加できます。

開催日	ワンポイント講座テーマ	Q&Aコーナー
1月16日	データの保存・整理(全般)	ワード・エクセル・電子メールに関することなど、パソコン初心者の疑問・相談なんでも受け付けます。
2月6日	飾り枠:前(オートシェイプ・罫線・クリップアート)	
2月20日	飾り枠:後(オートシェイプ・罫線・クリップアート)	

日時 毎月第1・3日曜日 13時30分~16時30分
場所 ふれあい活動センター
(ゆめくる) 2階視聴覚室
定員 18名

パソコン寺子屋別館

Office 2003と比べずいぶん便利になったOffice 2007/2010

の新機能を体験学習できます。
日時 1月9日・23日、2月13日(日)13時30分~16時30分
場所 パブリックルーム(ウニクス伊奈2階)
定員 15名

生涯学習課 2541

「埼玉県NPO大賞2010」
いよいよ最終選考へ!
公開プレゼンテーション・表彰式

埼玉県と特定非営利活動法人NPO埼玉ネットは、県内で優れた活動を実践しているNPO法人を「埼玉県NPO大賞」として表彰します。応募団体116団体のうち県民投票(第1次選考)で選出された8団体を対象に、最終選考として公開プレゼンテーションを実施します。
日時 1月16日(日)12時20分~16時30分
場所 県民活動総合センター小ホール
内容 基調講演(消費者庁長官 福岡浩彦さん)、公開プレゼンテーション、楽しいステージ・イベント(子ども太鼓、ご当地芸人キングダム「勝手に

健康一口メモ

「高齢者の認知症とうつ病」

高齢者の増加により、私たちは日常生活で、高齢者の方々と接する機会が多くなってきました。

最近では認知症の話題が多く、いろいろな講演会やメディアに取り上げられ、多くの方々に知られるようになってきました。しかし、高齢者のうつ病に関しては、その発症頻度が認知症よりも多いとの報告があるにもかかわらず、あまり注目されていないように思われます。

高齢者のうつ病は、若年者と異なり、「気分の落ち込み」など抑うつ気分を訴えることが少なく、「胃の具合が悪い」とか「胸が苦しい」などの身体症状を強く訴えることが多くあります。また、日付や曜日がわからない、朝食の内容が思い出せないなどの記憶障害や妄想などの認知症を疑わせる症状で発症する場合があります。さらに、周囲の人々が、高齢者の元気がなくなることを病的なものとは考えずにすましてしまいがちであることも一因と思

われます。

高齢者は、だれもがその人生の中で多くの喪失体験をします。体の機能が衰え、退職や子どもへの独立などでこれまでの社会的役割を失い、収入が減少し、家族や仲間の死を経験します。これらの体験はうつ病を発症させる原因となります。また、脳卒中後にうつ病を発症することがあることはよく知られていますが、心臓疾患、糖尿病、さらにはがんにも併発するといわれています。一方、認知症の初期にうつ病を訴え、徐々に認知症が明らかになる場合もあります。

治療は薬による治療だけではなく、家族を含む介護者と相談し、生活の質の改善を図るべきと思われます。周囲の支えによって、安心感が得られ、回復につながりやすいと思われれます。

高齢者のうつ病は、若い世代のうつ病と比較して、その生活環境や病気が関与することが多く、だれもがかかりうる病気と考えられます。したがって、主に身体症状のみを訴えていても、常にうつ病の可能性を考え、早期に対応することが重要と思われれます。

提供: 桶川北本伊奈地区医師会

広告

身近な相談役 行政書士にお任せ下さい。

相続・遺言・成年後見・離婚等

まずは無料相談から。お気軽にお電話下さい。

☎ 048 796 4054

行政書士法人 彩の国法務事務所 伊奈町栄4-4-10
代表行政書士 平峰直彦 (代表者直通 090-2416-5081)

相続

遺言

農地転用

協議書作成 法人設立 各種許認可等
ご相談 作成支援 起案 書類作成 提出

相談料
初回~1時間無料
以降1時間まで毎
¥5000+消費税

秘密厳守

登録番号 第10131839号

武藤倫雄行政書士事務所

〒362-0806 伊奈町小室5675-1

TEL 048-671-7700

掲載希望の方は、掲載希望月の前月5日までに、持参または郵送で企画課秘書広報係まで。ただし月により締切日が変わることもありますのでお問い合わせください。

に埼玉応援隊)など)
定員 300名(入場無料)
会場投票に参加した方にはブルーベリーの苗木をプレゼント(当日抽選を行うので、入場希望者は、当日10時から11時30分までに来場して抽選券をお受け取りください。)
☎ 埼玉県民生活部NPO活動推進課NPO活動担当
☎ 830 2828

赤十字健康生活支援講習会(支援員養成講習)

病気や事故の予防、地域での支援活動、要介護高齢者に対する自立へ向けた介護など、高齢者に健康で安全な生活を送るための基礎的知識と技術を学びます。
日時 2月20日(日)・26日(土)・27日(日) 9時30分～15時30分
(全3回)
場所 日本赤十字社埼玉県支部3階大会議室
対象 満15歳以上の方
定員 30名(応募者多数の場合抽選)
受講料 1,000円(教本、教材費)

【甲】はがき(1人1枚)に、コース名「F12」、郵便番号、住所、氏名、性別、生年月日、電話番号を明記し、下記へ郵送(1月20日(木)必着)

あて先 〒330 0062
さいたま市浦和区仲町3-2
23)日本赤十字社埼玉県支部講習係
受講が決定した方には、本人あて受講案内を送付します。
☎ 日本赤十字社埼玉県支部講習係 ☎ 829 2681

ひとり親家庭の母等のためのパソコン教室
【第11回休日日コース(エクセル基礎)】

日時 2月12日(土)・13日(日) 9時30分～16時30分(全2回)
場所 大宮情報文化センター(JR大宮駅下車徒歩3分) JACK大宮
対象 ひとり親家庭の母等
定員 25名(応募者多数の場合抽選)
費用 1,600円(教材費)

【甲】往復はがき(1人1枚)にパソコン教室(第11回休日コース・エクセル基礎)郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し、左記へ郵送(1月19日(水)必着)
あて先 〒330 0843
さいたま市大宮区吉敷町1-124 大宮合同庁舎内 (財)埼玉県母子寡婦福祉連合会
☎ (財)埼玉県母子寡婦福祉連合会 ☎ 642 6551

**こんなときは必ず届出を
～国民健康保険～**

今まで勤めていた会社を退職し、健康保険がなくなってしまった方は、国民健康保険の加入が、また国民健康保険に加入していた方が就職をし、会社等の健康保険に加入された場合には、国民健康保険からの脱退の手続きが必要になります。

会社や健康保険組合から、国民健康保険への連絡はありませんので、必ずご自身で町住民課国民健康保険係へ届出をしてください。

特に、国民健康保険に加入される方は、しばらく期間をおいて届出をした場合でも、加入日と保険税は、以前の健康保険を喪失した日までさかのぼりますのでご注意ください。

同じ世帯で、次の表に当てはまるときは、忘れずに届出をしてください。

☎ 住民課国民健康保険係 ☎ 2117

国民健康保険に入るとき

こんなとき	手続きに必要なもの
他の市町村から転入してきたとき	他の市町村から発行される転出証明書
子どもが生まれたとき	印鑑・母子健康手帳
会社の健康保険から、本人または被扶養者が抜けたとき	会社の健康保険から本人または被扶養者が抜けた証明書(健康保険資格喪失証明書)
生活保護を受けなくなったとき	生活保護廃止決定通知書

国民健康保険から抜けるとき

こんなとき	手続きに必要なもの
他の市町村に転出するとき	国民健康保険証
会社の健康保険に、本人または被扶養者が入ったとき	国民健康保険証・会社の健康保険証
国民健康保険の加入者が亡くなったとき	印鑑・国民健康保険証
生活保護を受けるようになったとき	国民健康保険証・生活保護開始決定通知書

その他

こんなとき	手続きに必要なもの
町内で転居したとき	国民健康保険証
世帯主や氏名が変わったとき	
世帯を一緒にしたり分けたとき	本人確認できるもの(運転免許証や納税通知書等)
保険証の紛失や汚れて使えないとき	
退職者医療制度の対象となったとき	

広告

創業38年 地元の印刷会社です

広告に関することはなんでもおまかせ下さい。



取扱品目

印刷媒体：広報紙・チラシ・カタログ・ポスター・パンフレット・会社案内・カレンダー・包装紙・商品券・ハガキ・封筒・名刺複写伝票・シール等
販促媒体：ポケットティッシュ・クリアファイルのほり・その他販促用品及びWEB等

〒362-0806 埼玉県北足立郡伊奈町小室7076

☎ 048-722-4681 ☎ 048-722-4682

http://www.echo-senden.co.jp