

竜崎温泉温水プール指導日
(7月21日～8月20日)

実施日	
7月	23日(火)、24日(水)、25日(木)、26日(金)、 30日(火)、31日(水)
8月	1日(木)、2日(金)、6日(火)、7日(水) 8日(木)、9日(金)、20日(火)

※ 65歳以上の方の介護予防や健康づくりを目的とした水中運動の指導を行っています。

指導時間は午前10時～午後3時30分です。
実施日等は事情により変更することがあります。

◆問い合わせ

介護保険課 地域包括支援センター
☎0820(77)5530

中高生アルバイトを雇用する
事業者の方へ

18歳未満の人をアルバイト等で雇う場合は、労働基準法等により、

- ①労働条件通知書の交付義務
- ②1時間690円以上の賃金支払い義務
- ③残業、休日労働の禁止
- ④深夜労働(午後10時から午前5時まで)の禁止
- ⑤危険有害業務への就業禁止
- ⑥年齢を証明する戸籍証明書の備付け

等が定められています。

詳しくは、山口労働局労働基準部監督課までお問い合わせください。

◆問い合わせ 山口労働局
☎083(995)0370



はじめまして新人保健師です

アロハビズも始まり、島全体が夏本番を迎えています。みなさん夏バテなどは、されていませんか。

私は、4月から周防大島町で働いています。最初の健康教室などは、緊張の連続でしたが、高齢者の方々の笑顔や言葉に支えられ、4か月が経とうとしています。

この場をお借りしまして、自己紹介をさせていただきます。

私が保健師を目指すきっかけとなったのは、看護学生の時に入院を経験した事でした。その時に目にした人達は、仕事の忙しさに追われ精密検査を受けないまま病気を発症し、苦しんでいる患者さん達でした。その様な方々と病室等で話している。「もっと早く検査を受けていれば...」「なんで、検査に行かなかったのだろう。」等の言葉が聞かれ、その人々の心の中は様々な思いが巡っていました。

入院当初は、そういった患者さん達の

周防大島町保健師

後山 典子

(介護保険課 地域包括支援センター)

病気の苦痛を看護師として減らしたいと思っていた私ですが、入退院される幾人もの患者さんと接していると「患者さんの中には検査を受けていけば、今の苦しみを経験せずに済んだ人がいるのでは。仮に病気になるに当たって今ほどの辛さを抱える事はなかったのでは。」と、早期発見の大切さを実感するようになりました。

その様な経験から、人々の病気の予防をしたい、病気を早く見つけ、仮に病気であったとしても家族とともに楽しい生活が続けられるよう健康を保つサポートをしたいと思い保健師を目指しました。

今は、サロンなどで多くの高齢者の方々と出会い、転倒予防等の介護予防のお話をさせていただいています。

本町は、約2人に1人は高齢者の方である。とされ、住民の方々の健康状態は様々です。健康な時から生活を振り返り、今の心身の状態を維持していきける様に、新たな病気を患われたり、寝たきりにならない様にこれからも健康の大切さを伝えていきたいと思っています。