



法テラス

法テラス江差通信

●お問い合わせ

TEL 050・3383・5563
法テラス江差法律事務所

(第89号)

障がい者の方々も

法律相談をご利用ください

先日、檜山振興局で行われた障がい者が暮らしやすい地域づくり委員会に参加してきました。委員会で、檜山地域で暮らす障がい者の方々が感じる生活のしづらさや、困りごと、問題について、解決・改善に向かうよう話し合いをしています。

委員会の中で、「法テラスでは、障がい者の方々がなかなか事務所に相談に来るのが難しい場合には、ご自宅や入所されている施設などに、無料で出張相談を行っています。障がい者の方々はどういうか。」と質問してみました。すると、「制度があることを知っている人はほとんどいないのではないか。」という回答が返ってきました。

そこで、今回の広報では、障がい者の方々に向けて、法テラスの

出張相談の制度についてお知らせさせていただきます。

障がいをお持ちの方々で、①法律問題を抱えていて相談に行きたいけれども、②事務所まで自分で行くのは難しいな、③そもそも相談する経済的な余裕などないし、という方がいらっしゃったら、一度、事務所までご連絡ください。抱えている困りごとが、自分では法律問題なのかそうでないかわからないという方も、一度ご連絡いただければと思います。

ご相談のご予約は

050・3383・5563まで

お電話ください。

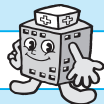
(法テラス江差 弁護士 廣田朋子)



道立江差病院だより ☎52-0036

外来診療体制9月の診療予定

整形外科	午前	月曜日から金曜日
循環器内科	午前	月曜日から金曜日
	午後	月曜日と金曜日
消化器内科	午前	月曜日と水曜日と金曜日
	午後	月曜日と火曜日と水曜日
呼吸器内科	午前	金曜日
	午後	木曜日
総合診療(外科)	午前	火曜日と水曜日と木曜日
外科	午前	8日・22日
小児科	午前	月曜日から金曜日
	午後	午後からの受診は事前に電話で相談してください
泌尿器科	午前	月曜日から金曜日
	午後	水曜日
精神科	午前	月曜日から金曜日
	午後	月曜日
産婦人科	午前	月曜日から金曜日
耳鼻咽喉科	午前	5日・6日・13日・14日・19日・20日・28日
	午後	13日・27日
眼科	午前	7日・21日
	午後	(予約以外の方は10時までに受付) 6日・13日・27日
皮膚科	午前	火曜日
神経内科		1日・15日・29日



診療科によって、曜日によって担当医が変わります。御確認ください。

診療日は予定であり変更になる場合もあります。事前に病院にご確認の上、受診してください。
※診療受付時間
午前… 8時00分～11時30分 (初診の方は、9時00分～)
午後… 13時00分～14時30分
予約受付時間 (定期患者のみ) 13時～16時

ワンポイント講座 リハビリ編

今回は杖選びのポイントについてお話いたしましたので、今回は杖の長さとお持ちの杖のよいのかについて記載いたします。

1. 長さはどれくらいがいいの？

簡単な目安は、身長半分くらいの長さが良いでしょう。しかし姿勢や座高、脚の長さ等個人差もありますので、以下の方法で実際に確認してください。

- ① 腕をリラックスした状態に垂らし真っすぐに立ちます
- ② 杖の先を同側の足先の前方20cmにおきます。
- ③ 肘が30～40度屈曲した位置がよく、この状態で杖の長さを決めてください。

杖は長すぎても、短すぎても歩行の支えとはなってくれませんので、気をつけてみてくださいね。

2. どちらに持ったらいいの？

ズバリ!! 傷めた側と反対の手に持って使用してください。そして普通に手を振って歩く要領で杖を突いてください。きっと足の負担を減らしてくれますよ。これは勘違いされている方が意外と多いので、是非とも覚えておいてください。

因みに……ご使用の杖の先ゴムはすり減っていませんか？ ゴムの溝がないと滑りやすくなってしまったり、底の角度も変わって支えられなくなってしまいます。杖の先ゴムは消耗品ですので、定期的に交換されることをおすすめします。当院でも交換できますのでお気軽にお声がけください。 理学療法士 山崎 史貴

～えさし子供の健康セミナー第3回について～

と き：平成29年9月15日(金) 18時より1時間

場 所：江差町保健センター

当院小児科医の野上先生が、毎回テーマを決めて説明します。第3回のテーマは「予防接種と感染症」です。小さなお子様連れでの参加も可能ですので、お気軽にお越しください。

年金相談のご案内
(完全予約制)

★日時 9月26日(火) 10:40～15:40 ★場所：江差町役場 ★予約先：江差町役場 町民福祉課 国保医療係 ☎52-6725 ※予約は開設日の3日前まで