

難病相談事業

難病患者・家族の集い

山武健康福祉センターでは、難病に悩む方やそのご家族を対象に、難病患者・家族の集いを実施します。

とき 12月3日(金)

午後1時30分～3時30分

ところ 山武健康福祉センター

3階 大会議室

内容

「音楽療法及び交流会」

講師 東邦音楽大学専任講師

平田 紀子先生

対象者 難病患者(特定疾患受給者)・

家族

参加費 無料

申込 11月15日(月)までに、電話

でお申込ください。※予約制です。



◆申込・問い合わせ

山武健康福祉センター

健康生活支援課 難病担当

☎0475(54)0611

保健の掲示板(健診・相談・予防接種)

とき	行事名	対象者	受付時間
11/1(月)	健康相談	希望者	午前9時～正午 午後1時～4時
11/5(金)	3歳児健診	平成19年3月～4月生まれ	午後1時～2時15分
11/17(水)	乳児健診	平成22年6月～7月生まれ	午後1時15分～2時15分
11/25(木)	乳児相談	平成22年1月～2月生まれ	午後1時15分～2時15分
11/30(火)	5歳児健診①	対象者に個別通知	指定された時間
12/6(月)	健康相談	希望者	午前9時～正午 午後1時～4時
12/7(火)	2歳児歯科健診	平成20年9月～10月生まれ	午前9時～10時30分
12/10(金)	ポリオ	平成21年12月～平成22年2月生まれ	午後1時30分～2時
12/15(水)	1歳6ヶ月児健診	平成21年4月～5月生まれ	午後1時15分～2時15分

●個別予防接種【指定医療機関・県内相互乗り入れ協力医療機関で接種】

予防接種名	対象者	接種期間
三種混合	生後3ヶ月～90ヶ月未満	
B C G	生後3ヶ月～6ヶ月未満	(接種期間が短いので注意)
麻疹風しん混合1期(1歳児)	1歳～2歳未満	
麻疹風しん混合2期(年長児に相当する年齢の児)	平成16年4月2日～17年4月1日生まれ	平成23年3月31日まで(早期に接種してください)
麻疹風しん混合4期(高校3年生に相当する年齢の方)	平成4年4月2日～5年4月1日生まれ	平成23年3月31日まで(早期に接種してください)
日本脳炎(1期初回)	平成19年4月1日～10月31日生まれ(3歳児)	

※注意 接種対象月数・接種期間を過ぎた場合は有料

※日本脳炎について

・今年度3歳になったお子さんから積極的勧奨をすることになりました。該当児には順次通知をします。

なお、昨年度3歳になったお子さんから90ヶ月未満のお子さんで、接種を希望される方は、健康管理課までお問い合わせください。

会場 健康づくりセンター「プラム」

◆問い合わせ 健康管理課健康管理班 ☎82-3400



目指せ! 8020

11月8日は「いい歯の日」

11月8日は「いい歯の日」です。生涯を通して健やかでゆたかな生活を過ごすためには、歯の健康づくりが大切です。「80歳になって20本以上の歯を保とう」という目標「8020(ハチマル・ニイマル)」の達成を目指して、次のことに注意してください。

- 歯の健康を守るためには、毎食後にハミガキをしましょう。
- むし歯予防のために、フッ素入りの歯みがき剤やフッ素ジェルなどを利用しましょう。
- デンタルフロスや歯間ブラシなどを使って、歯と歯の間もきれいにしましょう。

●かかりつけの歯科医もち、定期的を受診しましょう。

7月に行った成人歯科健診時のアンケートでは、かかりつけ歯科医をもっている方が72・4%でしたが、その内1年以内に健診に行った方は36・4%でした。自分ではよく磨いているつもりでも、磨き方のクセがあつたり、形や歯並びによつてよく磨けないこともあります。定期的を受診して、歯科医師や歯科衛生士に磨いてもらいましょう。

また、よくかんで食べることは、むし歯や歯周疾患の予防に加えて、肥満や生活習慣病の予防につながるといわれており、全身の健康にとつて、大変重要です。「いい歯の日」を機に、家族みなさんでお口の健康づくりに取り組みましょう。

◆問い合わせ

健康管理課健康管理班 ☎(82)3400