

ご協力ください
献血のお知らせ

病気やケガなどで輸血を必要としている方の尊い命を救うため、献血のご協力をお願いしています。
次のとおり献血を実施します。町民みなさまのご協力をお願いします。

とき

3月18日(金)

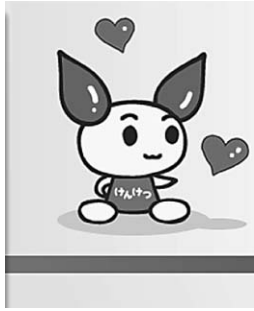
受付時間

午前10時～11時45分

午後1時～4時

ところ

町民会館ロビー



◆問い合わせ

健康管理課総務班

☎(82)3400

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
3/1(火)	3歳児健診	平成19年7月～8月生まれ	午後1時～2時15分
3/7(月)	健康相談	希望者	午前9時～正午
			午後1時～4時
3/11(金)	ポリオ	平成22年3月～5月生まれ	午後1時30分～2時
3/16(水)	乳児健診	平成22年10月～11月生まれ	午後1時15分～2時15分
3/18(金)	乳児相談	平成22年5月～6月生まれ	午後1時15分～2時15分

会場 健康づくりセンター「プラム」

※子宮頸がん予防ワクチン接種費助成申請を受付中！中学生女子で接種を希望される方は、健康管理課で申請してください。

◆問い合わせ 健康管理課健康管理班 ☎82-3400

●個別予防接種 (町内指定医療機関・千葉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	3月31日まで(未接種児は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	3月31日まで(未接種者は早期に接種してください)
日本脳炎(第1期)	★平成19年4月1日以降、3歳児 ★4歳～7歳6ヶ月未満・9歳～13歳未満の方で第1期の3回接種が完了していない方	

※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。
- ・第1期の3回接種が完了していない4歳～7歳6か月未満・9歳～13歳未満の方の接種ができるようになりました。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。



運動の効果

平成20年度から実施されている特定健康診査の問診に「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施しているか」という設問があります。が、国保連合会の調べで「はい」と答えた方は男性約43%、女性約37%でした。

スポーツを楽しむことは、家族の絆を深め、友人を作る機会を与えてくれます。

運動には生理的効果・精神的効果・社会的効果の3つの要素があると考えられています。

◎生理的効果
エネルギー消費量が高まり、継続的な運動は体力を向上させ、生活習慣病の予防に役立ちます。

◎精神的効果
運動することで汗を流す喜びを与え、体力向上により健康感を実感することでストレス解消の効果が期待できます。

◎社会的効果
家族や地域の人々と運動やス

◆問い合わせ

健康管理課健康管理班

☎(82)3400