

保健のお知らせ

禁煙教室

「タバコをやめたい…」心の中にある思いから、新たな一歩を踏み出してみませんか？ 同じ悩みを持つ仲間とタバコについて学ぶ絶好の機会です。禁煙しようかどうか迷っている方、禁煙に何度かトライしている方など、ぜひお気軽にご参加ください。

日時 12月2日(木)
午後6時30分～9時

場所 安達保健福祉センター
内容 体内のニコチン・CO
などの検査、禁煙講話

講師 佐久間秀人医師(佐久間内科小児科医院)

参加費 無料

◎問い合わせ・申し込み：
健康増進課予防係 (55)5109

日本脳炎の定期予防接種が再開されました

日本脳炎の予防接種については、平成17年5月30日～平成22年3月31日まで積極的な接種勧奨を差し控えていました。この間接種できなかった方に対して、接種が再開されました。接種を行う際は、医師と十分に相談して接種してください。定期接種期間内における接種費用は無料です。(下図参照)
◆1期(3回分)接種を全く受けていないお子さんは、6日から28日までの間隔をおいて2回、追加分の1回は2回接種後、1年程度を経過した時期に接種します。
◆1期(3回分)接種のうち、平成17年5月29日以前に1～2回受けたお子さんは、不足分を、9歳～13歳未満の間に6日以上の間隔をおいて接種することができます。
なお、予診票が必要な方は、母子健康手帳をご持参のうえ、各保健センターまでお越しください。
※7歳6カ月以上9歳未満の方で接種を希望される方は、任意接種(自費)をしていただくか、9歳になるのを待って定期接種(公費)していただくようになります。(下図参照)

3歳	7歳6カ月未満	9歳	13歳未満
定期	任意(自費)	定期	任意(自費)

◎問い合わせ…健康増進課予防係☎(55)5109

検診結果説明会 ～検診後のアフターケアを忘れずに！～

検診の結果はいかがでしたか？
検診結果を有効に活用していただくきっかけづくりの一環として、下記のとおり『検診結果説明会』を開催します。医師、栄養士、歯科衛生士、運動指導士による健康講話があり、健康についてより深く学びながら、生活習慣の改善方法などを考える機会としてご利用いただけます。お気軽にご参加ください。

日時・場所
＜二本松地域＞

開催日	受付時間	場所	内容
11月2日(火)	9:15～9:30	塩沢住民センター	『栄養講話』結果の見方説明・個別相談
11月5日(金)	13:15～15:00	杉田住民センター	結果の見方説明・個別相談『試食提供』
11月8日(月)	9:15～11:00	大平住民センター	結果の見方説明・個別相談
11月12日(金)		岳下住民センター	結果の見方説明・個別相談
11月17日(水)	13:15～13:30	二本松保健センター	『医師講話(LDLコレステロールについて)』
11月30日(火)	18:30～18:45		『歯科講話/支援』『運動講話/実技』 結果の見方説明・個別相談

＜安達地域＞

開催日	受付時間	場所	内容
11月26日(金)	13:15～13:30	安達保健福祉センター	『栄養講話』結果の見方説明・個別相談
11月29日(月)	9:15～11:00		結果の見方説明・個別相談『試食提供』
12月3日(金)		渋川住民センター	結果の見方説明・個別相談
12月8日(水)		上川崎住民センター	結果の見方説明・個別相談
12月10日(金)	13:15～15:00	下川崎住民センター	結果の見方説明・個別相談『試食提供』

申込方法 ①医師講話、栄養講話、運動・歯科講話/支援の日程に参加される方は、前日までに健康増進課にご連絡ください。
②個別相談の日程に参加される方は、申し込みは必要ありません。

持参するもの ①結果通知書 ②健康手帳(お持ちの方のみ)

その他 ①どの地域(地区)の方でも参加できます。
②上記の日程で都合が悪い場合は、各保健センターで結果の説明を随時受け付けていますので、健康増進課までご連絡のうえお越しください。
③岩代地域の日程等については、広報12月号に掲載予定です。

◎問い合わせ・申し込み…健康増進課予防係☎(55)5109