

保健師だより

高齢者のインフルエンザ予防接種について

平均寿命が男女とも延びたのは、予防接種の普及により高齢者のインフルエンザによる死亡者数が減少したことも、原因の1つにあげられています。

★インフルエンザとは

空気中にあるインフルエンザウイルスに感染し発病します。突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等で重症化すると肺炎等を合併し、特に高齢者では、インフルエンザがもとで死亡することもあります。

★インフルエンザの予防法

外出時のマスクや帰宅時のうがい手洗いや、十分な栄養と休養をとることが大切です。そして、最も有効な予防法としては、**流行前に予防接種を受ける**ことです。

★インフルエンザの対象者

法律で決められた対象者は、65歳以上の方及び60歳以上65

歳未満で、心臓や腎臓、呼吸器に重い病気のある方です。(かかりつけ医にご相談ください。)

★予防接種を受けるには

①下表の医療機関(委託医療機関)で接種する場合

健康保険証と健康手帳を持参し(住所と年齢の確認のため)接種してください。

②下表の医療機関(委託医療機関)以外で接種する場合

何らかの病気で治療中・入院中、入所中の方は、依頼書が必要ですので、事前に健康課へ申し出てください。(詳しくは健康課へお問い合わせください。)

★予防接種の料金

自己負担金は、1千円です。※非課税世帯、被保護世帯は自己負担金の減免制度があります。(詳しくは健康課へお問い合わせください。)

★予防接種が受けられる期間

インフルエンザ流行前の10月1日(火)～翌年1月31日(金)までです。

インフルエンザ予防接種のできる医療機関(委託医療機関)

病 院 名	電話番号	病 院 名	電話番号
宗 盛 医 院	854-1111	大 瀬 戸 医 院	854-8585
片 山 医 院	854-0252	倉 田 医 院	854-7050
梶 山 医 院	854-2771	酒 井 耳 鼻 科 医 院	855-2629
豊 田 医 院	854-2181	豊田レディースクリニック	855-1913
藤 田 医 院	854-0707	済 生 会 広 島 病 院	884-2566

(健康課 TEL 855-1755)

エンゼル通信



三世代交流会のおしらせ

西部地域健康センターの「生きがいデザインサービス」に来られている方との交流会を開催します。歌や遊び、おしゃべり等、楽しい時間を過ごしましょう。昼はバーベキューをします。
と き 10月23日(水) 午前10時半～午後1時
と ころ 子育て支援センター
※要予約 (先着20組)・参加費実費(親子で500円程度)

10月の子育て支援センターの行事予定

月 日	時 間	行 事	内 容 ()は講師・敬称略
1日(火)	10:30～11:00	絵本の読み聞かせ	絵本に親しみましょう。(図書司書)
2日(水)	11:45～12:00	鬼遊び	「あわぶくたつた」をしよう。(保育士)
4日(金)	11:00～12:00	子育て相談	育児の事を話そう！(西部地域健康センター長)
7日(月)	11:45～12:00	ふれあい遊び	親子で電車ごっこをしよう。(保育士)
8日(火)	10:30～11:00	親子体操	楽しく体を動かそう。(山本富美恵)
9日(水)	9:30～11:30	よちよちクラブ	0歳から1歳半の子どもの遊びと育児相談日(保育士)
11日(金)	11:45～12:00	ふれあい遊び	「一本橋こちょこちょ」他(保育士)
15日(火)	11:40～12:00	ビデオ鑑賞	「子どもとしつけ」のビデオです。子育てに関する問題を解決するヒントを紹介します。
16日(水)	10:30～11:00	リトミック	音楽に合わせて体を動かそう。(大竹美枝子)
17日(木)	9:30～12:00	個別相談	保育士に相談してみませんか。予約制です。
18日(金)	11:45～12:00	手遊び	「ほかほかおいも」他(保育士)
22日(火)	10:30～12:00	ふれあい広場(絵の具遊び)	絵の具を使い、おいものハンコを押すよ。汚れてもよい服で。(母子保健推進委員)

※午前9時半から行事までの時間は、自由遊びで、育児相談にも応じます。
※3ヶ月以下のお子様は、午前中の行事・遊びへの参加はご遠慮ください。(午後からの個別相談には応じます。)

月 日	時 間	行 事	内 容 ()は講師・敬称略
24日(木)	9:30～12:00	個別相談	保育士に相談してみませんか。予約制です。
25日(金)	11:00～12:00	親子の関わり懇談会	子どもの誉め方・叱り方を学ぼう。(福田児童委員)
28日(月)	11:45～12:00	新聞紙で遊ぶ	ちぎったり、丸めたりしよう！(保育士)
29日(火)	11:45～12:00	童謡をうたおう	親子で歌おう。(保育士)
30日(水)	11:00～12:00	わんぱくクラブ	3歳以上の子どもの遊びと育児相談日。
31日(木)	9:30～12:00	個別相談	保育士に相談してみませんか。予約制です。

●パステルルーム●

月 日	時 間	場 所	行 事
第1木曜日 3日	9:30～	中央ふれあい館	いろいろな知育玩具を用意しています。親子で楽しんでください。
第2木曜日 10日	11:30	東公民館	

子育て支援センター(西部地域健康センター内) TEL 820-5502 FAX 820-5504

●実施日時 月～金曜日 午前9時半～午後5時 ●相談日 月～金曜日 午後1時～午後5時(要予約)(※年末年始、祝日を除く)