

11月の健康伝言板



☎健康づくり推進課 (袋井保健センター☎42-7275)
(浅羽保健センター☎23-9222)

内 容	対 象	と き	と ころ	持 ち 物	
7か月児相談	H17年3月生	10日(木)	受付午前9時～9時30分	袋井保健センター	母子健康手帳、アンケート、メロンキッズ
1歳児相談	H16年9・10月生 H16年10月生	1日(火) 4日(金)	受付午前9時～9時30分	浅羽保健センター 袋井保健センター	母子健康手帳、アンケート、ふくろいっ子またはメロンキッズ
1歳6か月児健診	H16年4月生	25日(金)	受付午後1時～1時45分	袋井保健センター	母子健康手帳、アンケート
2歳児相談	H15年10月生	30日(水)	受付午前9時～9時30分	袋井保健センター	母子健康手帳、アンケート
2歳6か月児相談	H15年4月生	15日(火)	受付午前9時～9時30分	袋井保健センター	母子健康手帳、アンケート
3歳児健診	H14年10月生	11日(金)	受付午後1時～1時45分	袋井保健センター	母子健康手帳、アンケート
妊婦さんの料理教室	妊娠20週以降の方	28日(月)	受付午前9時15分～9時30分	袋井保健センター	母子健康手帳、エプロン
母乳相談	要予約	21日(月) 28日(月)	受付午前8時45分～11時15分	袋井保健センター 浅羽保健センター	母子健康手帳、タオル2本
離乳食実習	4～10か月児の保護者 7～10か月児の保護者	10日(木) 24日(木)	受付午前9時15分～9時30分	浅羽保健センター 袋井保健センター	エプロン(お子さんを連れてくる方は、オムツやミルク、おぶいひもなど)
保健手帳交付	H17年9月生	16日(水) 24日(木)	受付午前9時15分～9時30分	袋井保健センター 浅羽保健センター	母子健康手帳、アンケート
でんわ健康相談	どなたでも	月～金曜日	受付午前8時30分～午後5時15分	袋井保健センター 浅羽保健センター	
定例健康相談(母子)	どなたでも	28日(月)	受付午前9時30分～11時	浅羽保健センター	母子健康手帳
定例健康相談(成人)	どなたでも	2日(水) 18日(金)	受付午前9時30分～11時	袋井保健センター 浅羽保健センター	健康手帳
ふれあい体操	どなたでも	水曜日(23日 は休み)	午後1時30分～3時	浅羽保健センター	動きやすい服装でお越しください

保健センターからのお知らせ

インフルエンザ予防接種を受けましょう

～単なる風邪ではありません～

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染した人がせきやくしゃみなどをすることによって、ウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことによって流行します。

典型的な症状は、突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などで、のどの痛み、せき、鼻水などもみられます。普通の風邪に比べて全身の症状が強く、併せて気管支炎や肺炎などを併発し、重症化することも多いのが特徴です。乳幼児や体力が弱っている高齢者などは、特に注意が必要です。

～流行する前に接種しましょう～

インフルエンザ予防の基本は、流行する前に予防接種を受けることです。予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに約2週間かかり、その効果が持続する期間は約5か月間といわれています。インフルエンザウイルスは毎年変化しながら流行します。流行が予測されるウイルスにあったワクチンの接種が有効です。日本でのインフルエンザの流行は、12月下旬から3月上旬が中心なので、流行する前の12月上旬までに予防接種を受けましょう。

☎健康づくり推進課健康推進係 ☎42-7275

インフルエンザ予防接種
65歳以上の方などを対象に
11月からインフルエンザ予防
接種を行います。
本紙8ページ情報ボックス
の「高齢者インフルエンザ予
防接種」をご覧ください。

