ポリオ生ワクチン予防接種のお知らせ

日　時：5月22日（火）、9月18日（火）
　　受付　午後１時 ～ 午後２時
場　所：鹿追町トリムセンター
対象者：鹿追町に在住する、生後３ヶ月から９０ヶ月
　　に至るまでの間の乳幼児
料　金：無料
持ち物：母子手帳
その他：① 予約は不要です。当日トリムセンターに直接お越しください。
② ワクチンはごく少量をスポイトで口に含ませます。
下痢やおう吐しているお子さんは当日接種することができません。
③ 接種当日１カ月以内にＢＣＧ・ＭＲなどの予防接種を受けているお子さん、インフルエンザなどのウイルス性の病気にかかったお子さんは安全性やワクチンの効果を考慮し、４週間以上経過しなければ接種できません。ヒブ・肺炎球菌の予防接種を受けたお子さんは、１週間以上経過しなければ接種できません。
④ ワクチン服用後、30分以内に吐き出した場合は再服用になります。

ポリオってどんな病気ですか？

① ポリオは「小児マヒ」とも呼ばれ、手や足にマヒが現れる病気です。
② ポリオウィルスは、人の口の中に入って腸の中で増え、便を介して感染します。

生ポリオワクチンと不活化ポリオワクチンは違うの？

① 生ポリオワクチンは、病原菌を弱めたウィルスが入っています。
② 免疫をつけるのには優れていますが、まれにポリオにかかったときと同じような症状が出ます。
③ 不活化ポリオワクチンは、ポリオウィルスを殺し、免疫をつくるのに必要な成分を取り出してつくったものです。

※ 不活化ポリオワクチンは、今年度末に認可される予定です。不活化ポリオワクチンの導入まで待つとその間に感染する可能性がありますので、今年度対象となるお子さんは生ポリオワクチンの接種を受けましょう。

巡回健康バス一般開放日は ４月26日（木）です

巡回健康バス一般開放日は４月26日（木）午前10時から午後４時までです。脳のトレーニングや体脂肪を測る機器などがありますので、ご利用希望の方はトリムセンター事務所に声を掛けてください。

☆お知らせ☆　母子手帳発行の際には 事前に電話予約をお願いします

トリムセンターでは随時母子手帳の発行を行っていますが、保健師が不在になったり、健診などですぐに対応できず、お待ちいただく場合があります。

事前に、トリムセンター（☎66-1311）までお電話ください。

はじめます ３・４カ月児相談

福祉課食育健康推進係
健康へのメッセージ
Tel 66-1311 Fax 66-1818

平成24年度から、お子さんの成長発達のお手伝いや、お母さん同士が交流できる場所として、３・４カ月児相談を始めます。

実 施 月：４月、６月、８月、10月、12月、２月　月末の火曜日
　　（隔月で実施します）
受付時間：午前９時30分 ～ ９時45分
相談時間：午前９時45分 ～ 12時まで
対 象 者：満３・４カ月児
　　（対象月のお子さんがいるご家庭にはご案内を送付いたします）
場　　所：トリムセンター母子保健室
※ 午後からは場所を開放し、お母さん同士の交流の場所とします。
（お弁当を持参されても良いです）
※ すこやか相談は、今までどおり実施します。その他、乳幼児健診や予防接種の日程などは、広報しかおい３月号で配布済みの「健康カレンダー」をご参照ください。

■ お問い合わせは、トリムセンター（☎66-1311）福祉課食育健康推進係までご連絡ください。

「フィットネス室」を利用しませんか？

春を迎え何かと忙しい毎日、皆さんは運動不足になっていませんか？ トリムセンターフィットネス室は、天候に左右されることなく運動不足を解消できます。

充実した設備の中で、有酸素運動、筋力運動を自分のペースで行うことができます。夜間も利用できますので、お仕事帰りに体力づくりを行ってみてはいかがでしょうか。運動不足の解消、体力づくりの強化、ストレス解消などに、ぜひお役立てください。

町民は無料で利用できます。皆さまのご利用をお待ちしています。

◎利用時間
火曜日～金曜日 … 午前９時 ～ 午後９時
土曜日 … 午前９時30分 ～ 午後６時（正午～午後１時は閉室）
※日曜、月曜日および祝祭日はお休みとさせていただきます。
※最終入室時間は終了時間の１時間前となっています。

４月から「ポピーの会」は第２木曜日に変更になります

こんにちは。精神保健ボランティアの「ポピーの会」です。

月１回の活動ですが、皆さんに支えられ活動を続けています。これまでは第２金曜日に実施していましたが、平成24年４月からは第２木曜日に変更になります。

場所は、これまでと同じ「ほほえみプラザ」です。

月に一度、一日限りの限定カフェです。皆さんのお越しをお待ちしております。

これからも「お互いさま」の心を持って活動していきますので、よろしくお願いします。