

中央保健センター TEL0897-52-1215 神拝甲324-2 総合福祉センター内
 東予保健センター TEL0898-64-5333 周布606-1 東予総合福祉センター内
 丹原保健センター TEL0898-68-7300 丹原町池田1762-1 丹原総合支所北隣
 小松保健センター TEL0898-72-6363 小松町新屋敷乙48-1 小松地域福祉センター内

中学1年生・高校3年生相当者の皆さん 麻しん（はしか）・風しん予防接種を受けましょう

麻しん（はしか）を排除するため、麻しん・風しんの定期予防接種対象者が、第1期（1歳児）、第2期（小学校入学前の1年間にあたる児）に加え、第3期（中学1年生）、第4期（高校3年生相当）に拡大されています。



この対象者拡大は、平成24年度までの期限付きです。麻しんの予防には2回接種が大変有効です。対象となる方は、ぜひ予防接種を受けましょう。

接種期間

- 第1期：2歳になるまでに接種
- 第2～4期：平成23年3月31日までに接種

接種方法

毎年4月上旬に、対象者（第2～4期）へ接種券・予診票を配布しますので、受け取られたら、なるべく早く委託医療機関で接種してください。

※第1期（1歳児）対象者の接種券・予診票は「育児のしおり」の中にあります。

注意事項

- 第3期・第4期の対象者は、今までに麻しん・風しんの予防接種を受けている・受けていないに関わらず、全員が対象となります。
- 原則、麻しん・風しん混合ワクチンを接種します。

問合せ 中央保健センター

平成22年度の「第3期」「第4期」の接種対象者

- 第3期 中学1年生
平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれの方
- 第4期 高校3年生相当
平成4年4月2日～平成5年4月1日生まれの方

平成22年度の「第1期」「第2期」の接種対象者

- 第1期 1歳以上2歳未満
- 第2期 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの方

今後の「第3期」「第4期」の接種対象者

- 第3期 中学1年生
- 平成23年度
平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの方
 - 平成24年度
平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方
- 第4期 高校3年生相当
- 平成23年度
平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方
 - 平成24年度
平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれの方

ウォーキング教室 参加者募集

いつでもどこでも気軽にできるウォーキングは、メタボリックシンドロームの予防・改善にお勧めです。気分転換やストレス解消にもつながるウォーキングを始めませんか。

対象 おおむね30歳以上の市民

内容 正しいウォーキングのポイントを習得後、3～5kmのコースをウォーキングします。ウォーキングの前には、ストレッチ運動を行います。定期的に体組成などの測定を行い、身体状況の評価も行います。

申込方法 申し込みは4月6日(火)から受け付けます。教室の開催期間中であれば、都合のよい月から参加でき、参加回数も自由です。申込先は各保健センターです。

問合せ 中央保健センター

場所・申込先	開催期間・日時
中央保健センター	4月23日～9月24日 毎週金曜日 9時30分～11時
東予保健センター	4月21日～9月29日 毎週水曜日 13時30分～15時
丹原保健センター	4月21日～9月29日 毎週水曜日 9時30分～11時
小松保健センター	4月20日～9月28日 毎週火曜日 13時30分～15時