

いっしょに 歩こう!

Walking Information



3月に完了認定証を交付した方は次のとおりです。(敬称略)

- ◆全国1周完了 (10,310km)
 - 中西貞二 (西泉甲)
- ◆北海道1周コース (2,190km)
 - 越智喜久美 (北条)
 - 高橋正夫 (飯岡)
 - 吉本明美 (丹原町池田)
 - 豊田一幸 (丹原町池田)
- ◆九州1周コース (1,840km)
 - 石原トヨミ (丹原町池田)
- ◆四国1周コース (940km)
 - 豊田明良 (飯岡)
 - 曾我部克己 (喜多川)
 - 徳永清光 (丹原町願連寺)
 - 玉井義明 (丹原町来見)



おめでとうございます

保健センターだより

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

ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン 接種が再開されました

「ヒブワクチン」と「小児用肺炎球菌ワクチン」は、同時接種後の死亡例が複数報告されたことを受け、厚生労働省では平成23年3月5日から接種を見合わせていましたが、4月1日から接種を再開しました。

これらのワクチンは、3月24日開催の厚生労働省による専門家を交えた会議において、接種と死亡との間に直接的な因果関係が明確に認められないことや、同時接種による重い副反応の増加は報告されていないことから、安全性上の懸念はないとの評価を受け、接種が再開されることとなりました。

日本脳炎予防接種について

日本脳炎予防接種第2期が、平成22年8月27日から再開されていますが、今回は、第1期の特例的な措置についてお知らせします。

特例措置 平成22年3月31日までに第1期接種を完了していない方は、接種時に9歳以上13歳未満であれば第1期の残りを公費で接種できます。

特に今年度9～10歳になる方(平成13年4月2日～平成15年4月1日生まれ)は第1期の接種を受けましょう。詳細は最寄りの保健センターまで。

からだと生活習慣をデザインしよう! いきいき健康アップ教室

教室では運動の仕方を習得し、運動を継続していくためのお手伝いをします。また、体組成測定や腹囲測定などで身体状況を評価します。

対象 40歳～74歳の方で、BMIが25以上の方

$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$

例: 体重60kgで身長160cmの場合

$60 \text{ (kg)} \div 1.6 \text{ (m)} \div 1.6 \text{ (m)} = BMI \text{ 値} 23.4$

※身体状況によっては、主治医意見書の提出や参加をお断りする場合があります。

運動内容

- 中央保健センター: トレーニング機器や水中での運動
- その他の会場: 自分の体重やボールなどを使った運動

申込期間 5月6日(金)～ ※定員になり次第、締め切ります。

申込先 所管の保健センター

場所・申込先	日 時
中央保健センター	5月16日～3月22日 月・木曜日 9時30分～11時
	5月19日～3月22日 月・木曜日 13時30分～15時
	5月16日～3月19日 月・木曜日 19時～20時30分
東予北地域交流センター ※申込先: 東予保健センター	5月17日～3月9日 火・金曜日 9時30分～11時
東予保健センター	5月23日～3月29日 月・木曜日 13時30分～15時
丹原保健センター	5月19日～3月29日 月・木曜日 9時30分～11時
小松保健センター	5月16日～3月19日 月・木曜日 13時30分～15時

愛媛県歯科医師会 むし歯予防デー行事

東予周桑支部の催し

日 時 6月4日(土) 14時30分～16時30分
会 場 東予総合福祉センター (ほほえみプラザ)
対 象 小学生未満
内 容 歯みがき教室、歯の健康相談、フッ素塗布、記念品(歯ブラシ)プレゼント
問合せ 黒河歯科医院 TEL0898-68-7273

西条支部の催し

日 時 6月5日(日) 9時～11時30分
会 場 総合福祉センター (もてこい元気館)
内 容 フッ素塗布、ブラッシング指導、歯周病健診、顕微鏡で見るお口の細菌、咬合力(かむ力)測定、口臭測定
問合せ まつまえ歯科医院 TEL0897-58-2234