

〈健康づくり事業〉

健康栄養相談

運動や食事、禁煙などの生活習慣に関する個別の相談です。(無料)
ご希望の方は申込みください。(予約制、1人1時間程度)

時 間 午前9時～12時 午後1時～4時
会 場 保健福祉センター
問い合わせ 健康増進課 ☎0287-43-1118
日 程 12回



4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
22日	27日	24日	22日	26日	17日	28日	18日	16日	27日	25日	23日

地域の健康教室

地域の公民館等で調理実習や健康講話などを実施します。
ご希望のグループ等がありましたら申込みください。

内 容 健康講話 (生活習慣病の予防、歯の健康、
介護予防についてなど)
実 習 (バランス食、減塩食などの調理実習、
ウォーキング、すこやか体操など)

問い合わせ 健康増進課 ☎0287-43-1118
高齢対策課 ☎0287-43-3896



訪問相談

対 象 者 健康管理上、家庭における相談が必要である方及びその家族等
援助内容 療養方法・介護予防、生活習慣病予防、育児相談等
スタッフ 保健師・看護師・管理栄養士
問い合わせ 健康増進課 ☎0287-43-1118
高齢対策課 ☎0287-43-3896
子ども課 ☎0287-44-3600

高齢者の健康相談

シニアクラブ等にて実施しています。ご希望のクラブは申込みください。

内 容 血圧測定、健康講話、健康相談等
問い合わせ 高齢対策課 ☎0287-43-3896



まちなか 保健室

まちなか保健室とは…

「手軽に、気軽に、健康相談」をコンセプトにし、市民の皆様が集う場所などで、学校の保健室のように、保健師、看護師、栄養士等による健康相談や血圧・体組成の測定などを行います。どうぞ気軽におでかけください。

開設時間：13:30～16:00

日 程：広報やいたカレンダー(おとな)を
ご覧ください。

風しんの追加的対策

～昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性の皆様へ～

抗体価の低い世代である昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性は、風しん予防接種の定期接種対象となります。まずは、抗体検査を受け、抗体価の低い方は、風しん予防接種(麻しん風しん混合ワクチン)を接種してください。なお抗体検査、予防接種ともに無料です。

※詳しくは、広報やいた4月号、市ホームページまたは健康増進課までお問い合わせください。

問い合わせ／健康増進課 ☎(43)1118

認知機能簡易検査のお知らせ

認知症は、早期に発見し適切な治療や支援を受けると、そうでない場合に比べ、進行を緩やかにすることが出来ると言われてしています。

認知症の初期症状でもある「物忘れ」が気になる方や「最近意欲が無くなってきた」等の症状がある方は、この機会に認知機能の検査を受けることをお勧めいたします。

●**申込方法** お住まいの地区ごとに検査日と会場を班回覧でお知らせいたしますので、電話で高齢対策課にお申し込みください。完全予約制となります。

●**検査方法** 検査日の約3週間前に問診票を送ります。タッチパネルを使った検査で、検査時間は20分前後です。その場で結果をお知らせして終了です。

●**検査料金** 無料

*この検査は、運転免許の更新とは無関係です。

詳しくは**高齢対策課(☎43-3896)**にお問い合わせください。



おたふくかぜ予防接種 費用助成スタート!

おたふくかぜはかかると合併症として髄膜炎、感音性難聴があります。髄膜炎は合併症としては珍しくなく要注意です。感音性難聴は発症すると聴力の回復は困難なため、最も警戒しなければならない疾患です。

予防接種を受けて予防しましょう。



対象 (1) 1歳以上2歳未満

※おたふくかぜにかかったことがなく、おたふくかぜの予防接種を受けたことがない幼児

(2) 小学校就学前1年間(年長児)

※おたふくかぜにかかったことがない幼児

回数 日本小児科学会は上記対象年齢での2回接種を推奨しています。2歳以上～年長未満のお子さんは、早い時期に自費でうけていただき、年長児で2回目を受けると、予防効果が高まります。

詳しくは**子ども課(☎44-3600)**にお問い合わせください。