

インフルエンザを 予防しよう!!

保健だより

保健福祉課 保健係 TEL(585)2783
hoken@town.kunimi.fukushima.jp

風邪は、主な症状がのどや鼻に出るのに対し、症状が全身に及ぶのがインフルエンザの特徴です。軽いものは風邪と区別が付きにくいのですが、多くは38度を超す発熱に、頭痛や関節痛などの全身症状がほぼ1週間程度続きます。

高齢者や小児、呼吸器や心臓などに慢性の病気がある人は、症状がひどくなる場合もありますので注意が必要です。

インフルエンザの予防は、手洗い、うがいが基本です。流行の時期になりましたので、自分のできる予防を心掛けましょう。

- ・ 外出後は手洗い・うがいをしましょう。
- ・ 外出時にはマスクを着用しましょう。
- ・ 人ごみを避けるようにしましょう。
- ・ 適度な湿度(50~60%)を保つようにしましょう。
- ・ 十分に休養をとり、バランスよくしっかり食べましょう。
- ・ 重症化防止のために予防接種を受けましょう。



*** 育児教室 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
平成20年7月~8月生まれの乳児	2月5日(木)	午後1時30分~ 午後1時45分	観月台文化センター 第1和室

【実施内容】身長・体重測定、赤ちゃんとお母さんとの遊び方教室、離乳食試食など
《持参するもの》母子健康手帳を忘れずに!

*** 乳児健診 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
・3か月児(平成20年10月生まれ) ・9か月児(平成20年4月生まれ)	2月26日(木)	午後1時15分~ 午後1時45分	観月台文化センター 第1和室

【健診内容】医師の指導、身長・体重測定、調乳、離乳、予防接種などについて
《持参するもの》母子健康手帳を忘れずに!

*** 3歳児健診 ***

該当児	実施日	受付時間	会場
平成17年7月11日~ 平成17年9月30日生まれの幼児	2月17日(火)	午後1時15分~ 午後1時45分	観月台文化センター 大研修室

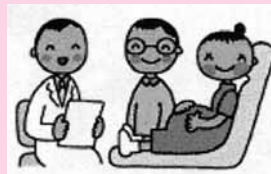
【健診内容】内科と歯科の医師の診察、生活保健指導、視力・聴力検査などを実施します。
臨床心理士による相談・指導…子育てに関する不安や悩み等、お気軽にご相談ください。
健診該当者には後日健診票を郵送します。
《持参するもの》母子健康手帳を忘れずに!

すこやかな妊娠と出産のために

妊娠中は、ふだんより一層健康に気をつけなければなりません。そのためにも、定期的に、妊婦さんの健康ぐあいや、お腹の赤ちゃんの育ちぐあいをみる妊婦健康診査を受けましょう。

妊娠に気づいたら、できるだけ早く医療機関を受診してから保健福祉課の窓口
に妊娠の届出を行ってください。「母子健康手帳」と公費で妊婦健康診査が受けられる「妊婦健康診査受診票」を発行いたします。(平成19年から13回分助成)

妊娠・出産についてのお悩みも、保健師・栄養士がうかがいますのでお気軽にご相談ください。



日頃のチームワークを発揮

ふくしま駅伝より長い歴史をもつ「第23回国見町ソフトボールスポーツ少年団駅伝競走大会」が11月16日開催され、25チーム、約120人が8区間10kmでタスキをつなぎ、二本松市の木幡スポ少が優勝しました。

【入賞チーム】(国見町分)
5位…藤田A、7位…森江野

できごと
11月の

大盛況! 「小坂そばまつり」

11月30日、小坂まちづくりの会(小坂和也代表)が主催する「第3回そばまつり」が、小坂農村総合管理センターで開催され、地元住民や町内外から約500人もの大勢の人が来場しました。当日は、「民話の語り」や「詩の朗読」、そば打ちの実演などが行われました。また、地元のそば畑から採れたそば粉を使った「小坂そば」には、長蛇の列ができるほど大盛況ぶりを見せ、来場者は新そばをおいしく味わっていました。(写真:民話の語り聞き入る来場者)



税金の重要性を学ぶ

12月3日、藤田小学校で租税教室が行われ、6年生53名が税について学びました。

町税務課の職員が、税金が生活にどのように使われているのか役割や重要性について、ビデオやクイズを交えながらわかりやすく説明しました。また、1億円の模造紙幣(10kg)も登場し、児童らは実際に持って初めて見る量と重さに驚いていました。



鳥取の山に 巨大イルミネーション

12月1日、今年も「鳥取花見山」にイルミネーションが点灯しました。地元の高橋昭一さんが地区の住民らの協力を得て設置、ツリー状に飾られた約2万個の電球が鮮やかに山を彩っています。

