

●● インフルエンザ予防対策 ●●

近年のインフルエンザは12月から患者数が増え始め、2月でピークになり4月には終息する傾向にあります。インフルエンザは、風邪に比べ短期的に膨大な人を巻き込み爆発的に流行します。

インフルエンザ予防には、日ごろからウィルスに負けない身体作りが必要です。

- ① 手洗いとうがいをする。(ウィルスを身体の中に入れない)
- ② 十分な栄養と休養をとる。(抵抗力をつける)
- ③ インフルエンザ予防接種を受ける。(免疫をつける)

今回はその中でも最も効果的な予防法(予防接種)について紹介します。

錦江町では、町民を対象に、インフルエンザ予防接種を錦江町及び南大隅町の医療機関で受けた場合に、1,000円の助成を行っています。(接種費用との差額は自己負担となります。)

インフルエンザ予防接種を受けてから効果が現れるまで約3~4週間かかりますので、流行前に免疫をつけておきましょう。

助成期間：平成17年10月1日(土)~平成18年1月31日(火)

- 接種時に必要なもの：健康保険証、健康手帳もしくは母子手帳、接種料金(接種料金は各医療機関で異なります。)

※問診票は各医療機関の窓口においてあります。予防接種を希望される方は直接各医療機関に予約してください。

接種可能な年齢が医療機関によって異なりますので、予約時に確認をしてください。予防接種を受けたからと安心するのではなく、日ごろからインフルエンザに負けない身体作り(栄養・休養)を心がけることが大切です。



子育て講演会

うちの子どんな子？

皆さんこんにちは。だいぶ秋らしくなりましたがまだまだ暑いですね。この季節は運動会、遠足と1年でも行事の多い季節で、お父さん、お母さんもお子さんも少し疲れ気味の方も多いのでは・・・？

さて、錦江町では子育て講演会を実施することになりました。子どもの心についての問題が取沙汰されている昨今ですが、私たちは大人としてどれだけ子どもの心に向きあい、受け入れることができているのでしょうか・・・？忙しく過ぎる毎日ですが、少しだけ足を止めて子どもの心、自分たちのことについてじっくり考えてみませんか？？きっとあなたの子育てに役立つヒント満載の講演会です。

- 日時 平成17年 **10月17日** (月)

受付 9:30~9:50

講話 9:50~12:00

終了

- 会場 錦江町保健センター 健康指導室 (大広間)
(旧大根占町保健センター)

- 講師 鈴木 美保子先生 (心理相談員)

- 内容 「うちの子、どんな子？」

うちの子どんな子？あんな事をしてみたり、こんな事をしてみたり。これからどんな風に大きくなっていくのかな？朗読劇を通して、子どもたちのこと、自分と子どもの毎日のことを考えてみましょう。

託児もあるから子どもと一緒に大丈夫だね！

