

(2) その他の「任意の予防接種」について

任意の予防接種とは、定期の予防接種以外の予防接種で、必要に応じ個人の責任において実施するものです。

- ①ヒブワクチン予防接種(対象:2ヶ月以上5歳未満の乳幼児)
- ②小児用肺炎球菌(7価)ワクチン予防接種(対象:2ヶ月以上5歳未満の乳幼児)

※今年度より対象年齢の変更があります。(6歳未満から5歳未満へ変更)

- ③肺炎球菌(23価)ワクチン予防接種(対象:65歳以上の町民)

※上記「(2) その他の任意の予防接種」は、予め国民健康保険病院への予約が必要です。

(3) 予防接種についてのお問い合わせ

- 興部町福祉保健総合センター「きらり」内
福祉保健課 健康推進係 【TEL82-4170】又は
- 興部町国民健康保険病院 【TEL82-2310】

予防接種を受けることができない人

次のような症状の人は予防接種を受けることができないので注意してください。

- ①明らかに発熱のある人(会場測定で37.5℃を超える場合)
- ②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな人
- ③受ける予定の予防接種液に含まれる成分で、アナフィラキシー(アレルギー反応)を起こしたことがある人
- ④その他、医師が不適当な状態と判断した人

3. 広域紋別病院精神科巡回診療のお知らせ

興部町での診療日程は次のとおりですが、原則、予約が必要です。診察を希望される方は事前に電話等により直接、広域紋別病院へ申し込みください。

- (1)対象者 ~ 心の健康に関してお困りで医療機関への通院が困難な方

- (2)診療日程 ~ 毎月第1水曜日

実施場所	1月	2月	3月
興部町福祉保健総合センター 「きらり」内 診察室	9日(水) 14:00~	6日(水) 14:00~	6日(水) 14:00~

- (3)費用・支払方法

保険診療となりますので、当日、必ず保険証を持参してください。

また、次のものをお持ちの方は併せて持参してください。

- ・広域紋別病院の診察券
- ・自立支援医療(精神通院医療)の受給者証及び管理票
- ・公費負担受給者証

診療費は後日ご自宅に送付する納入通知書により、最寄りの金融機関又は広域紋別病院会計窓口でお支払いください。

- (4)予約受付時間 ~ 月曜日から金曜日まで14:00~17:00(診療日の前週の金曜日まで)

- (5)予約申込先 ~ 広域紋別病院

〒094-8709 紋別市緑町5丁目6番8号

TEL(0158)24-3111(予約窓口)

4. 《運動実践講習会のご案内》

今から!がポイント メタボ予防!改善!!

~運動指導士が専門的に実践指導します~

メタボリックシンドロームに該当している方、予備軍の方、お腹まわりや体重が気になっている方、メタボではないけれど今後の健康づくりについてお考えの方...どなたでも参加可能です! 日頃の運動不足やこの冬の運動不足を解消し、一緒に楽しく健康的な汗を流しませんか?!

○日程表 ~ 希望の回だけの参加でも大歓迎です

	日時	内容	場所
2回	1月17日(木) 13:30~15:00	・運動ミニ講話「運動のワンポイントアドバイス」 ・運動実践、筋力トレーニング、サーキットトレーニングなど	福祉保健総合センター「きらり」
3回	1月29日(火) 9:30~11:30	・第1回ノルディックウォーキング体験会 ポールの使用方法などのミニ講話と合わせた実践を予定	トレーニングセンター
4回	2月14日(木) 9:30~11:30	・第2回ノルディックウォーキング体験会 基礎方法の再確認と応用編を予定	トレーニングセンター
5回	2月26日(火) 13:30~15:00	・栄養ミニ講話 「食事のワンポイントアドバイス②」 ・運動実践、筋力トレーニング、有酸素運動など	福祉保健総合センター「きらり」
6回	3月22日(金) 13:30~15:00	・栄養ミニ講話 「食事のワンポイントアドバイス③」 ・運動実践、筋力トレーニング、有酸素運動など	福祉保健総合センター「きらり」

☆ 運動は、個人の体力等に応じて無理のない範囲で実践可能ですので、ご安心してご参加ください。

☆ 運動講師には、NPO法人 健康保養ネットワークよりフィットネスアドバイザーをお招きする予定です。

【申し込み・問い合わせ】 福祉保健課 健康推進係(保健師・管理栄養士) TEL82-4170

ひまわり基金法律事務所無料相談室からのお知らせ

毎月1回実施しております無料法律相談ですが、1月につきましては中止といたします。

なお、2月以降の無料法律相談は、第4火曜日を予定しています。詳しい日程につきましては、2月1日号「町からのお知らせ」に掲載いたします。