

◎ 実施日時及び場所

※ ツベルクリン接種

実施日	時 間	場 所	対 象 地 区
9/3 火	13:50~14:20	十市支所	十市、緑ヶ丘
9/9 月	14:00~14:15	久礼田体育館	久礼田、坂岩黒滝、奈路
9/10 火	13:30~14:10	保健福祉センター	日章、岩村前浜、三和、国府
	14:30~14:55	岡豊公民館	岡豊、白木谷
9/17 火	13:30~14:10	保健福祉センター	大 藤
9/18 水	13:30~14:10	保健福祉センター	長岡、駅前町、後免、野田、稲生

※ ツベルクリン判定、BCG接種

実施日	時 間	場 所	対 象 地 区
9/5 水	13:50~14:40	十市支所	十市、緑ヶ丘
9/11 水	14:00~14:30	久礼田体育館	久礼田、坂岩黒滝、奈路
9/12 水	13:30~14:30	保健福祉センター	日章、岩村前浜、三和、国府
	14:30~15:20	岡豊公民館	岡豊、白木谷
9/19 水	13:30~14:30	保健福祉センター	大 藤
9/20 金	13:30~14:30	保健福祉センター	長岡、駅前町、後免、野田、稲生

乳幼児の保護者へ
ツベルクリン接種(検査)
BCG接種のお知らせ

結核予防法に基づき、下記の日程でツベルクリン接種(検査)・BCG接種を行います。

対象者
生後3か月以上4歳未満で、BCGを一度も接種していない人。
なお、予診票に記載している有効期限が過ぎた場合は、接種を受けることができませんのでご注意ください。新対象者には通知します。

ツベルクリン接種(検査)
BCG接種時の注意

- 母子手帳を必ずご持参ください。また、ツベルクリン接種・BCG接種の予診票も、忘れずにご持参ください。
- 接種を受けるときは、身体や肌着を清潔にし、BCG接種のときは肩まで脱げる衣服を着せてください。
- ツベルクリン接種の48時間後に判定を行い、その結果が陰性の人にBCGを接種します。
ツベルクリン接種後の判定は、必ず受けてください。

お問い合わせ
保健福祉センター
(☎7373)



「優3ゆめ1健康づくりは、か・ん・た・ん」は
健康文化都市への合言葉



高血圧予防教室の様子

今まで血圧やコレステロールが高いと言われて、そのままになっていませんか。病気になる前に、体にいいことを始めたい人、お気軽に健康づくりの講座に参加してみませんか。

参加料 無料
定員 20人
申し込み 8月20日(火)までに
保健福祉センター
(☎7373)

日 時	内 容	担 当
9月6日(金) 13:00~15:30	バランス良く適量に食べる にはどうしたらよいの?	栄養士 保健婦
9月26日(木) 13:00~15:30	みんなで楽しく 動きましょ。体脂肪測定	ヘルパトレーナー 保健婦
10月4日(金) 13:00~15:30	高血圧・コレステロールのお話 ～あなたの疑問に お答えします～	山本博憲先生 (山本製薬社) 保健婦



『健康づくりは
か・ん・た・ん講座』
を開講します

～血圧やコレステロールが
気になる人へ～

妊婦超音波検査
のお知らせ

7月1日から、医療機関で妊婦超音波検査を1回無料で受けられるようになりました。対象となるのは、出産予定日において35歳以上の妊婦の人です。超音波検査の対象となる人には、「妊婦超音波検査受診票」を次のような要領で、お渡しいたします。

7月1日以降に母子健康手帳を市保健福祉センターで受け取った人には、そのときに一緒にお渡ししています。
また、6月30日以前に母子健康手帳を受け取った人には、所轄保健所から受診票を対象者の人にお送りするようにしていますが、まだこの受診票が届いていない人は、所轄保健所までご連絡ください。

お問い合わせ
県健康対策課 (☎9678)
中央保健所 (☎6283)



わいわいキッズ

毎月、保健福祉センターで行われているびよびよルームに集まっていた人の中から、自主的にできたサークルです。子どもを遊ばせて、お母さん同士で交流しています。お子さんと一緒に参加してみませんか。

と き 毎週木曜日 午前10:40~11:00
(びよびよルームのある週は除く)
と ころ 保健福祉センター



コーヒームース



材料 (6人分)

牛乳	300cc
粉ゼラチン	15g
水	60cc
コーヒー粉	大サジ2
砂糖	100g
生クリーム	200cc
グラニュー糖	大サジ2

エネルギー	272kcal
たんぱく質	4.6g
カルシウム	81mg
鉄	1.8mg
食塩	0g

作り方
①ゼラチンを水でしとらせる。
②牛乳とゼラチン、砂糖、コーヒーを入れ溶かす。
(このとき沸騰させないこと)
③生クリームにグラニュー糖を入れ、八分立てに泡立てる。
④②を冷まして、泡立てた生クリームに入れ、混ぜて容器に入れ、冷まし固める。
※上にチョコレートと生クリームを飾ってもよい。

