

健康・ど・アップ教室のお知らせ

保健センター ☎(93) 8300

『自分の骨』のこと考えたことがありますか？日常生活が便利になった反面、運動量の減少や不規則な食生活などから、比較的若い世代でも骨粗しょう症予備軍が増えています。特に女性は50歳代頃から急激に骨密度が低下するため注意が必要です。

今回、保健センターではみなさんの健康支援のための「健康・ど・アップ教室 骨コツ教室」を開催します。この機会に骨粗しょう症について理解を深めていただき、予防のための日常生活について一緒に考えてみませんか。

※会場準備のため、事前に保健センターへお申し込みください。

▼日時 9月10日(金)

受付…午前9時15分～

開始…午前9時30分～11時30分

▼場所 保健センター

▼内容 運動で予防！骨粗しょう症

▼定員 15名

▼持ち物 運動のできる服装、室内用運動靴、飲み物

▼申込み 8月2日(月)から電話または保健センター窓口へお申し込みください。定員になり次第締め切ります。

小学6年生のお子さんをもち保護者の方へ

保健センター ☎(93) 8300

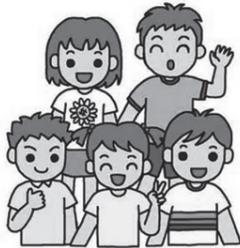
小学6年生の時期にジフテリア・破傷風二種混合予防接種をしますが、お済みでしょうか。接種時期を過ぎますと、全額実費となります。対象の方で接種がお済みでない方は、早めに接種しましょう。

なお、予防接種予診票は5月に個別通知していますが、転入・紛失等で予防接種予診票がない方は、保健センターで再交付の手続きが必要となります。(手続きの際は母子健康手帳をお持ちください。)

▼対象者

小学6年生

※13歳の誕生日の前日まで接種可能ですが、早めに接種を受けてください。



▼実施場所 扶桑町・大口町・江南市・犬山市の個別予防接種委託医療機関

※他の市町村の医療機関で接種をご希望の方は保健センターへご相談ください。

成人男性を対象とした風しんの抗体検査・予防接種(風しんの追加的対策)について

保健センター ☎(93) 8300

対象者の方でまだ受けられていない方には、4月に保健センターから案内を通知しましたが、抗体検査・予防接種はお済みですか。ご自身の風しん感染症予防や赤ちゃんの先天性風しん症候群の予防のために、緊急に対策が必要です。お早めの実施されるようお願いいたします。

▼対象者 扶桑町に住民登録のある、昭和37年4月2日生まれから昭和54年4月1日生まれの男性でまだお済みでない方

※対象者には無料で受けられるクーポン券を発行しています。転入された方でもまだクーポン券を使用していない方は扶桑町のクーポン券と交換が必要です。保健センターまでご連絡ください。

▼クーポン券有効期限 令和4年2月28日(月)まで

▼実施医療機関 風疹の追加的対策に協力している医療機関であれば、全国どこでも受けることが可能です。下記厚生労働省のホームページに可能な医療機関の一覧が掲載されていますのでご確認ください。

熱中症を防ごう！

江南労働基準監督署 ☎(54) 2443

令和2年の愛知県内における就業中の熱中症は死亡4人、休業88人と過去10年間で最多の発生となり、全国ワースト1となりました。熱中症を防ぐためには、関係者が十分な認識を持ち、予防に取組むことが重要です。町民の皆様においては、左記のQRコードよりパンフレット「熱中症を防ごう！」(愛知労働局作成)をダウンロードしてご参照いただき、熱中症の予防にお取組みいただきますようお願い申し上げます。

▼費用 無料

(クーポン券持参に限ります。)

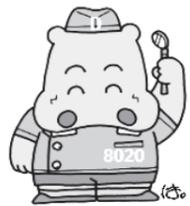
▼注意事項 扶桑町が発行したクーポン券は、ご利用の際に扶桑町から転出されていると使用できません。その際は転出先で再度発行してもらってください。

江南労働基準監督署 監督・安衛課 ☎(54) 2443



はちまるくん日より「災害と誤嚥性肺炎」

犬山扶桑歯科医師会



誤嚥とは、のどの筋肉や反射機能が低下し、食べ物や唾液が食道ではなく誤って気管に入ることです。このため口の中の細菌が気管を通って肺の中に入り増殖し炎症を起こすのが誤嚥性肺炎です。特に災害時にこの肺炎が増えるといわれています。その理由として水不足で口の中のケアが満足にできないため口の中の細菌が増えること、被災後のストレスや避難生活など集団生活による睡眠が不足すること、そして疲労からくる抵抗力の低下、嚥下と言われる飲み込む機能が低下すること、という3つが重なり、誤嚥性肺炎のリスクが高まるためです。断水によって歯みがきが出来なければ口の中の環境はみるみる悪化します。水が供給されても限りがあるため、避難所では口の中のケアは後回しにされがちです。高齢者の方は人前に入れ歯をだすのが恥ずかしく、何日も口の中に入れてしまったままという事も多く、これでは口の中の細菌が爆発的に増えてしまいます。また被災時に入れ歯をなくしてしまった方も多いようです。元々高齢者の嚥下機能は、弱まっていることが多いので普段より嚥下力、飲み込む力を衰えさせないことが生き抜く力となります。また高齢者だけでなく、子どもたちも高カロリーな菓子パンやおにぎりなど糖質中心の食事や歯みがきが満足にできないことから被災地ではむし歯が増えたという報告もあります。大人世代も自覚症状がない歯周病の進行は、水分摂取を控える被災地の生活では心配なところ。災害時には、普段より口腔ケアに気を配り災害用リュックの中に歯みがきグッズを入れておくことが大切だと考えます。

保育園からのお知らせ

※状況に応じては変更となることもあります。

子育て支援センター 『にこにこらんど』

(高雄保育園内)

◆電話、面接相談 ☎(92) 4152
月曜日～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後3時30分
(正午～午後1時までは閉鎖しています)

◆2,3歳フロア 当面の間、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、フロアの開催はありません。

◆利用方法について 午前のみ2部制の予約制で、予約をされた親子が利用できます。
●1部…午前9時～10時30分(1時間30分) ●2部…午前10時30分～正午(1時間30分)

【予約方法】 子育て支援センターおよび電話にて予約の受付をします。

- 8月 2日(月)より、8月16日(月)～8月31日(火) 利用分の受付(土日、祝日を除く)
- 8月16日(月)より、9月 1日(水)～9月15日(水) 利用分の受付(土日、祝日を除く)

【定員】 高雄…10組、斎藤…5組 1週間に高雄は最大3日まで、斎藤は2日まで予約できます。

※「外だけ利用」および、午後1時～3時30分は、予約の必要はありません。詳しくは、各子育て支援センターにお問い合わせください。

園庭開放『ちびっこ広場』

高雄西保育園、高雄南保育園、山名保育園、柏森保育園、柏森南保育園で行います。予約の必要はありません。

日時 ★8月6日(金)・20日(金) 午前10時～11時30分

- ◎遊ぶ場所につきましては、園庭のみとします。
- ◎着替え、水筒、帽子等をお持ちください。また、マスクの着用にご協力ください。
- ◎来園時は、自転車または徒歩でお越しください。