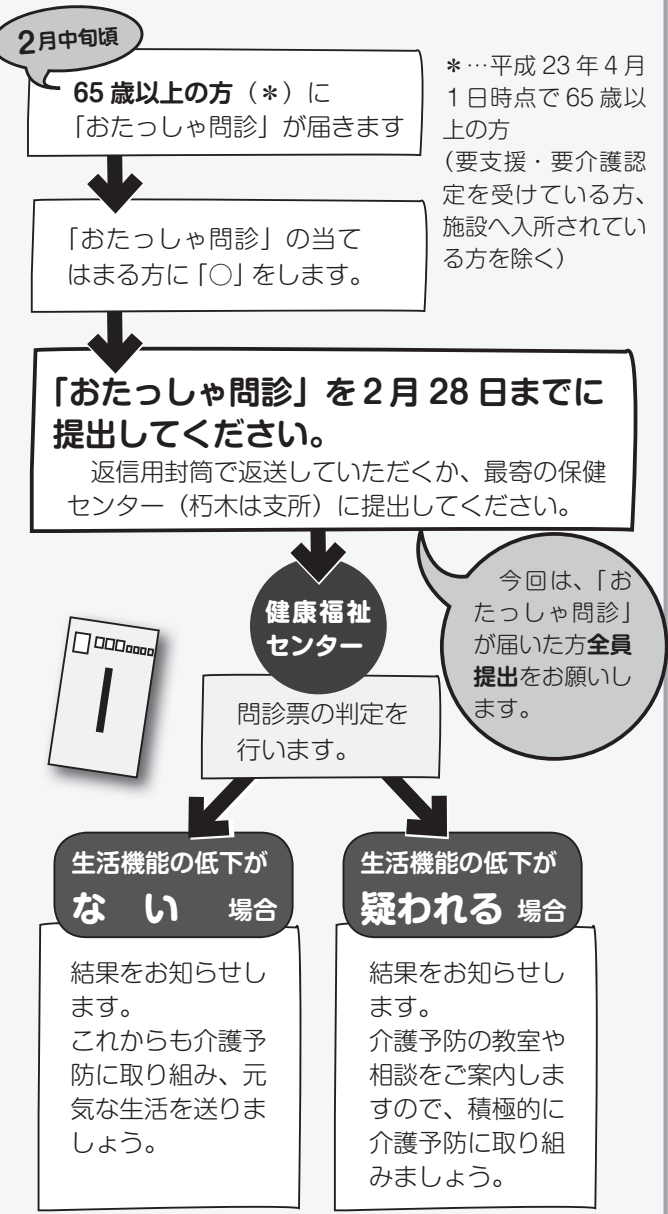


おたっしや問診の流れ



人が生きていくための機能全体を「生活機能」といいます。特に高齢期では自立した生活を維持する能力は重要であり、世界保健機関(WHO)は生活機能の自立を高齢期の健康の指標とすることを提唱しています。

日々元気に暮らすためには、歩くことや食事、着替え、入浴、排せつ、整容(洗面)などさまざまな機能も大切です。

「おたっしや問診」は、そういった機能(生活機能)が

おたっしや問診で、生活機能をチェック!

整髪など)などの基本的な能力のほかに、交通機関の利用や電話の応対、買物、食事の支度、掃除、洗濯、服薬管理、金銭管理などのより複雑な機能、さらには状況に対応する能力や社会的役割を担う能力などさまざまな機能も大切です。

「おたっしや問診」は、そういった機能(生活機能)が衰えていないかを確認するものです。元気なうちから介護予防に取り組み、自分らしく生き生きとした生活を送るために、おたっしや問診で生活機能チェックをしてみましょう。

おじいさんは、足腰が連者だねえ

子どもの健やかな成長のために 法定予防接種を受けましょう

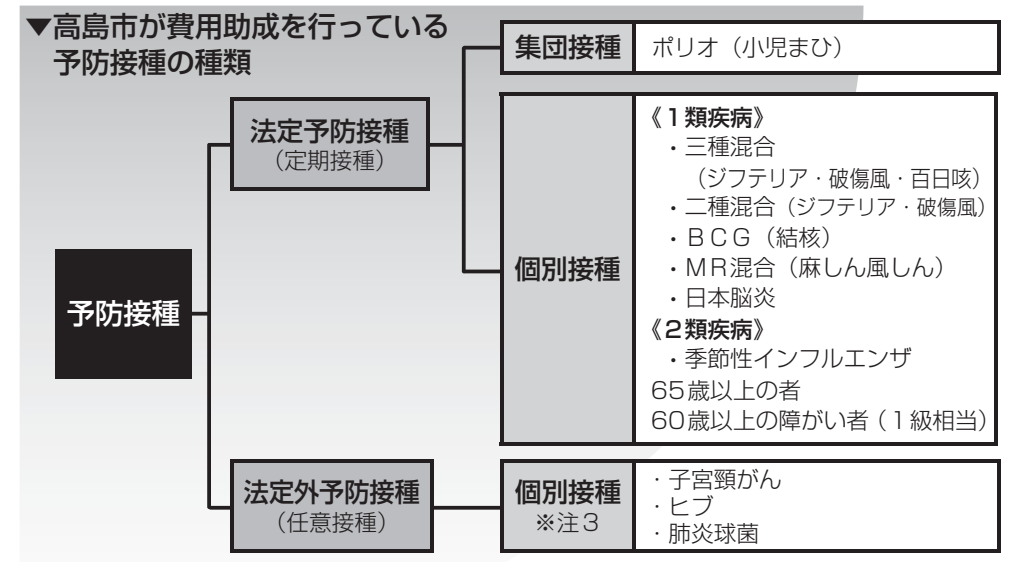


法定予防接種名

予防接種名	回数	対象年齢	標準的な接種期間
ポリオ(小児まひ)	2	生後3か月～90か月未満	生後3か月～18か月未満
三種混合1期(ジフテリア・百日咳・破傷風)	3	生後3か月～90か月未満	生後3か月～12か月未満 初回終了後、12か月～18か月未満
	1		
二種混合2期(ジフテリア・破傷風)	1	11歳～13歳未満	11歳～12歳未満
BCG(結核)	1	生後6か月未満 (特別な事情によりやむを得ないと認められる場合には、1歳未満)	
麻しん風しん混合(MR混合)	1	1期	生後12か月～24か月未満 対象年齢のできるだけ早期に接種
	1	2期	5歳～7歳未満 保育園年長相当年齢
	1	3期	中学1年生相当年齢 ※注1
	1	4期	高校3年生相当年齢 ※注1
日本脳炎1期 ※注2	2	初回	生後6か月～90か月未満 3歳～4歳未満
	1	追加	生後6か月～90か月未満 4歳～5歳未満(初回終了後、おおむね1年おく)
日本脳炎2期 ※注2	1	9歳～13歳未満	9歳～10歳未満

※注1・・・麻しん風しん混合の3・4期は、平成20年度から5年間だけの特例措置で、対象年齢を過ぎると有料(全額自己負担)になります。3月末までに接種を受けましょう。

※注2・・・日本脳炎1期・2期は、平成17年5月30日以降、積極的勧奨が差し控えられていましたが、平成22年4月1日以降、3歳児への初回接種について積極的な勧奨が再開され、平成22年8月27日以降は、第2期の接種が可能となり、また第1期で接種を控えていた人も、第1・2期の対象年齢で残りの回数を定期接種として受けられることになりました。



★臨時接種・・・緊急の必要があると認められた場合⇒新型インフルエンザ

※注3・・・子宮頸がん、ヒブ、肺炎球菌は、平成23年1月4日から対象年齢で希望される方は無料で接種できます。(詳しくは広報1月号をご覧ください)

【お詫びと訂正】 広報たかしま1月号の健康推進課の問い合わせ先が間違っていました。お詫びして訂正いたします。 [正] (25) 8078 [誤] (25) 8087

子どもたちの健やかな成長と元気な笑顔のために、母子健康手帳を今一度ご確認ください。法定予防接種(1類)は、対象年齢であれば無料で接種できる予防接種です。また、社会全体で一定の接種率を確保することが、感染症の発生やまん延防止につながります。次の表を参考に未接種の場合は、スケジュールを立てて計画的に接種しましょう。

家族介護教室の2月の予定

介護者同士の情報交換の時間を持ち、身もこころもリフレッシュさせ、日頃の不安や悩みを解消しましょう。

▼日時 2月9日(水) 11時～15時頃
▼場所 今津東コミュニティセンター
▼内容 ドライフラワーでアレンジメント
▼参加費 昼食代(1,000円程度)
▼申込方法 開催日前日までに各地域包括支援センターまでお申し込みください。

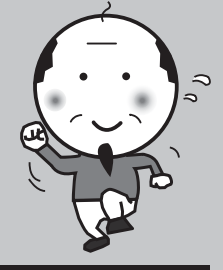
元気カレッジ 2月の予定

65歳以上の方の介護予防教室です。どの会場でも参加できますので、お気軽にお越しください。

▼時間 10時～正午
▼持ち物 お茶、タオル
各保健センター

※申し込みは不要です。

開催日	場所	内容
2月14日(月)	今津保健センター	転ばぬ先の体力づくり
2月28日(月)	安曇川保健センター	



健康、福祉、介護などの相談をお受けしています。

マキノ今津旭
 岡北部地域包括支援センター ☎(22) 0193
 岡北部健康福祉センター ☎(22) 5101

朽木安曇川高島
 岡南部地域包括支援センター ☎(32) 2520
 岡南部健康福祉センター ☎(32) 4413

連絡先

各種健診や食に関する相談、健康に関することなどお気軽にお電話ください。(平日8時30分～17時15分)

- マキノ保健センター … ☎(27) 1128
- 今津保健センター … ☎(22) 5101
- 安曇川保健センター … ☎(32) 4413
- 朽木保健センター(朽木支所) … ☎(38) 2331
- 高島保健センター … ☎(36) 8008
- 新旭保健センター … ☎(25) 8110

健康相談や乳幼児の健診などの日程は、「たかしま健康だより」が市のホームページをご覧ください!