

東保健センターから

☎(71)3211

地区健康相談(無料)

左上表1をご覧ください。

ポリオ(小児まひ) ワクチン服用のお知らせ

左下表2をご覧ください。

胃がん・大腸がん検診

日程毎月第2木曜日。

対象40歳以上の方。

費用800円(70歳以上の方、生活保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は無料になります。各種証明書をもちこください。申込電話予約制。地域保健課健康推進係へ。

「いきいき男性料理教室」

日時①11月14日(木)、②11月28日(木)。

日(木)。いずれも午前9時45分～正午。

会場東区民センター2階「実習室」。

対象東区在住の男性。

定員①・②各回32人。

費用無料。

申込10月11日(金)から電話で地域保健課健康推進係へ(先着順)。

「フレパクラス」初め

てお父さんになる方へ

日時11月18日(月)午後6時30分～8時30分。

内容育児実習(お風呂の入れ方など)、妊娠疑似体験ほか。

会場東保健センター。

対象初めて親になる(ご)夫婦(出産予定月が来年1月～4月の方)。

定員・費用60組。無料。

申込11月5日(火)から電話で地域保健課健康推進係へ(先着順)。

元町図書館から

☎(784)0841

秋の図書館フェスティバル

日時・内容10月19日(土)午後2時～3時。マジックショー

「箱庭の四季」。

日時・内容10月12日(土)、「ど

うぞのいす」。10月18日(金)、「い

もほりよいしょ」。11月2日(土)、「

1、2、3いっばい」。いず

れも午前11時～正午。

日時・内容10月24日(木)午前10

時30分～11時。「くん

くん

「おはなしの会

日時・内容10月24日(木)午前10

ふん

国際プラザから

☎(21)2105

「お隣りさんは外国人」参加者募集

内容地域の小学校に通う外国のお友達と歌やゲームで楽しみます。

日時・会場11月16日(土)午後1時～4時。北区民センター(北区北25条西6丁目)3階「区民ホール」。

対象東区在住の小学生。

定員・費用15人。無料。

申込10月21日(月)～11月8日(金)の午前9時～午後5時30分に電話で国際プラザ市民交流課へ(先着順)。

表1 地区健康相談(無料)

月	日	曜	会 場	住 所	受 付 時 間
10	11	金	東苗穂福祉会館	東苗穂8-2	午前9時30分～11時
			ひのまる児童会館	北38東9	午前9時30分～11時
			元町会館	北20東20	午後1時30分～3時
<p>内 容 【健康相談】 血圧測定、尿検査、血液検査(40歳以上の方。GOT、GPT、総コレステロール、尿酸等10項目を検査)、心電図検査(40歳以上で医師が必要と認めた方。有料800円)、保健相談、栄養相談。 【結核検診】 X線検査(15歳以上の方)。 【肝炎ウイルス検診】 C型・B型肝炎ウイルス検査(①40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方。②過去に肝機能異常を指摘された方。③広範な外科手術を受けたことのある方や妊娠・出産時に多量出血したことのある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方。有料400円)。</p> <p>対 象 普段健康診断を受ける機会のない方。 その他 健康手帳をお持ちの方は忘れずにご持参ください。</p>					

表2 ポリオ(小児まひ) ワクチン服用のお知らせ

月	日	曜	会 場	住 所	受 付 時 間
10	1	火	丘珠みづほ団地会館	北丘珠2-2	午後1時45分～3時
	4	金	東保健センター	北10東7	午後1時30分～3時
			新道以北で東15丁目通以西の方		
	7	月	東保健センター	北10東7	午後1時30分～3時
			新道以南で東15丁目通以西の方		
	11	金	ふしこ地区センター	伏古11-3	午後1時45分～3時
	16	水	札苗小学校	東苗穂7-2	午後1時45分～3時
	21	月	東保健センター	北10東7	午後1時30分～3時
			東15丁目通以東の方		
	22	火	ひのまる児童会館	北38東9	午前9時30分～11時
28	月	東保健センター	北10東7	午後1時30分～3時	

対 象 生後3カ月～90カ月(7歳6カ月)未満の子ども。
料 金 無料。
申 込 当日、直接会場へお越しください。
その他 ①服用後吐くことがありますので服用の前後30分は授乳などを控えてください。②受付開始直後は混雑が予想されますので、後半の受け付けをお勧めします。③ポリオワクチン服用予診票に必要事項(体温は除く)を記入してご持参ください。④保健センター以外の会場は上履きをご持参ください。⑤各会場とも駐車はできません。

※次に該当するときはワクチンを服用できません。
①麻しん、BCG、水痘、おたふくかぜのワクチンを接種してから4週間未経過、②三種混合ワクチン、B型肝炎ワクチンを接種してから1週間未経過、③麻しん、水痘、突発性発しんにかかってから1カ月未経過、④高熱、下痢、体が弱いなど医師が服用を適当でない判断した場合。

※昭和50年から52年生まれの方へ
昭和50年～52年生まれの方は、ポリオの免疫を保有している割合が、ほかの年齢層に比べて低いことが厚生労働省の調査で分かりました。該当の方は、①ポリオウイルス常在国(アフリカ、東部地中海、東南アジアなど)に渡航されるとき、②お子さんがポリオワクチン接種を受けるときに、再度ポリオワクチンを接種することをお勧めします(有料：1,120円)。

夜間の交通事故に注意しましょう!

- 秋の日没は、急激に早くなります。夜間は歩行者の姿は、運転する人からあまりよく見えていないものです。
- 夜間に、交通事故に遭わないよう夜光反射材を身に付けるなど目立つ服装の工夫をしましょう。
- 夜光反射材は、夜間に車のライトに反射して、運転する人からよく見えます。「着る、巻く、張る、下げる、持つ」などさまざまなタイプがありますので、効果的に利用しましょう。

東 区 役 所 ・ 東 警 察 署
東区交通安全運動推進委員会

