

### 健康 アドバイス



7ポイント  
 空気が乾燥するこの季節、風邪やインフルエンザが心配です。冬に風邪をひきやすいのは、風邪のウイルスが低温や低湿度を好んで繁殖するため。風邪の主な原因は95%がウイルスで、残りの5%がバクテリアなどの微生物です。インフルエンザもウイルスの一種ということでは風邪と同じですが、風邪よりも症状が重く、高熱や激しい悪寒から始まり、1週間以上も下痢や吐き気を伴う状態が続きます。外から帰ったら必ずうがいをし、手を洗ってウイルスの繁殖を防ぎ、風邪の予防を心掛けましょう。

### 2月の各種相談・健診

場所：保健センター

項目	期日	受付時間	対象者
健康相談	3.18日	午前10時～正午	一般市民
3歳児健診	4日	午後12時50分～1時半	対象者には通知します
3カ月児健診	12日	午後1時～1時半	15年10月～11月生まれ
6カ月児相談	19日	午前9時～9時半	15年7月～8月生まれ
10カ月児健診	〃	午後1時～1時半	15年4月生まれ
1歳6カ月児健診	26日	午後12時50分～1時半	対象者には通知します

- 乳幼児健診・相談で持参する物…母子健康手帳、赤ちゃん手帳、バスタオル、歯ブラシ（3歳児健診と1歳6カ月児健診の該当者）、幼児の上履き。
- 3カ月児健診、6カ月児相談では離乳食の試食もあります。
- 3歳児健診の該当者には、3歳3カ月ごろに通知します。
- ※今まで該当月に受けていない人は、必ずおいでください。

### 2月の教室

場所：保健センター

名称	期日	時間	対象者
ひよこ教室	20日	午前10時～正午	言葉や運動機能の発達などで心配のある幼児
機能訓練教室	月曜日	午前10時～午後2時半	病气やけがなどで体の不自由な方
母親学級	10.25日	午後1時半～3時半	妊娠中の方

- 各種教室に参加を希望する方は、役場保健福祉課（内線165）へご連絡ください。

### 三種混合とはしかの予防接種（2月）

実施場所	期日	時間	申し込み	申込先
井上医院	随時	診療時間内	随時	82-2956
うらべ内科	〃	〃	〃	82-0123
近藤医院	〃	〃	〃	82-3328
後藤医院	〃	〃	接種する日の前日	82-6690

※道又医院は1月末をもって閉院となりました。

献血は気軽にできるボランティアです



## 真心献血にご協力を

### あなたの善意が尊い生命を救っています

移動献血車「まごころ号」が来町します。ご協力いただける方は、直接会場へお越しください。  
 ▽期日 二月二十五日（水）  
 ▽場所と時間（株エフビー前）  
 午前九時半～十一時半 山田  
 湾漁協前：午後一時半～二時  
 二十分 和田工業（株）前：午後  
 三時半～四時半

#### 皆さんの善意に感謝

昨年四月から今年一月まで行われた献血では、延べ三百九十人の方からご協力をいただきました。その中で、初回から十回ごとの献血者を紹介します。

◆初回 野田敬子、佐々木弓枝、野田紋子、伊東賢治、田中孝幸、斉藤好幸、梁田智彰、福浦晴香、菊池傑、芳賀薫、菊池歩、田中将一、港浩美、熊谷俊徳、尾形圭介、前山沙也加、鈴木貴彦、鈴木晶子、中村藍子、沼崎淳也、藤田優子、佐藤浩樹、吉田将、鈴木勇、箱石多美子、甲斐谷将道、後藤誠、菊地春香、田畑広子、糠森愛美、佐々木慧、石塚秀樹、船越勝、佐々木晴香、阿部泰典、田村直樹、高橋舞、坂

本友喜、森松充成◆十回 田中涼子、佐々木俊男、箱石阿佐美、五十嵐亮、田老智恵子、新宅完彦、佐藤由希子、伊藤雅樹、木村博幸、阿部道弘◆二十回 根田初弥、阿部健哉、佐藤吉和、針生いく子、箱石智生、浅田正彦、東洋一◆三十回 齊藤市夫、宮田保◆四十回 佐々木宣男、黒澤宏幸◆五十回 甲斐谷陽一◆六十回 新家宏身、佐藤哲也◆七十回 阿部説子◆八十回 伊藤勝幸、瀬戸浩◆百回 小林大司、千代川博一、中屋佳信◆百二十回 太田寛、昆公夫◆百四十回 木村庸助 《敬称略》