

# 新型インフルエンザ予防接種

接種回数が見直されました

新型インフルエンザ予防接種は、2回接種することになっていましたが、次のとおり見直されました。

1 回接種の人  
医療従事者  
妊婦

1 歳未満の乳児の保護者など  
高齢者（65歳以上の人）  
基礎疾患がある人（医師の判断により、著しく免疫反応が抑制されている人は2回接種しても差し支えありません）  
2 回接種の人

1 歳から小学校6年生までの子ども  
中学生、高校生（当面、2回接種としますが、12月中に臨床試験を踏まえて判断します）

中学生以下の子どもへの接種

中学生以下の子どもが接種を受ける場合は、保護者が同伴してください。

ただし、中学生の場合は、保護者が予防接種の安全性などを十分に理解し、同意書を医療機関に提出することにより、同伴しなくても接種を受けることができます。

同意書用の紙は、市ホームページからダウンロードできます。

健康度をチェックしませんか

メタボリックシンドロームを予防・改善したい人、自分の体力にあつた運動を実践したい人、またウォーキングなどの運動を実践している人も「健康度測定」で自分の体力をチェックしてみませんか。申し込みには、1年以内に受診した市の特定健診の結果表（同等の健診でも可）が必要になります。また、病気治療中の人は、主治医の許可が必要です。

健康度測定を受けて異常がない人は、その後、指導員の指導のもと健康増進室（すこやか交流プラザ内）で運動・トレーニングをすることも可能です。

対象者 市民、または市内の事業所に勤務する20歳以上の人  
測定日（申込開始日）

平成22年1月21日（木）（12月1日（火））  
平成22年2月18日（木）（平成22年1月4日（月））  
平成22年3月18日（木）（平成22年2月1日（月））

内容 心電図、体組成成分測定  
自転車エルゴメーター 各種体力測定（握力・長座体前屈など）

所要時間 約1時間半  
定員 各日30人（先着順）

料金 1、800円

申し込みと問い合わせ先  
健康長寿課健康推進担当（すこやか交流プラザ内）  
☎（501）2222

健康度測定の様子



長座体前屈

生ごみ水切りグッズを配布します

市の燃えるごみの中身を調査したところ、生ごみが全体の約30%を占め、生ごみの約70%、燃えるごみ全体の約20%が水分という結果がでました。

この結果を踏まえ、各家庭での生ごみの水切りを推進するため、「水切りグッズ」「水切りダイエット」を配布します。生ごみは水切りで約10%減らすことができます。水切りは、手軽で効果が高いごみ減量術です。ぜひ取り組んでみましょう。

グッズ配布の際に、使用した感想、意見、減量効果などについてのアンケート用紙を同時に配布します。協力をお願いします。アンケートの結果は将来の生ごみ減量施策に反映させていきますので、多数の意見を待っています。

なお、回答は市ホームページ（パソコン版・携帯版）からでもできます。詳しくは、配布するアンケートを参照してください。

配布数 500個（先着順）  
配布場所 廃棄物対策課（市役所2階）

配布物 水切りグッズ アンケート 返信用封筒

配布開始日 12月7日（月）

回答方法 アンケートを返信用封筒（切手不要）に入れて返送または市ホームページ（パソコン版・携帯版）のフォームに回答内容を入力してください。

回答期限 12月28日（月）  
問い合わせ先

廃棄物対策課ごみ減量担当  
☎（580）1890

水切りダイエット



予防接種ができる医療機関の追加

医療機関は、広報「大野城」11月1日号と一緒に配布したチラシ「新型インフルエンザワクチン接種について」、または市ホームページを見てください。

なお、次の医療機関が追加されました。

医療機関(追加)

医療機関名	電話番号	住所
吉永医院	(503)4671	川久保一丁目12 12

自院の通院者と一般来院者の接種ができます。



問い合わせ先

健康長寿課健康推進担当

☎(501)2222



まどか食育探検!

食のコンクール  
作品の紹介



市では、すこやか大野城21の啓発事業として、食や健康づくりに関するコンクールを毎年実施しています。平成21年度の入賞作品を紹介します。

健康長寿課健康推進担当

☎(501)2222

壮年高齢期の部門(川柳)  
テーマ「私の健康づくり」

『おいしいね』

健康家族の 合言葉

池田亜樹さん

通院も 薬も減らす

ウォーキング

堀川昭夫さん

貯金より 貯筋がコツと

知る長寿

常松六峰さん

乳幼児期の部門(写真)

テーマ「食で育むおいしい時間」



一言コメント:

「じいじ ばあば ありがとう!!」いつも野菜を送ってもらうのを楽しみにしている娘は、今回も荷物を開けて大喜びでした。「じいじ ばあばの野菜」と好き嫌いなく食べてくれます。

寺田雪江さん



一言コメント:

人間もハンバーグも粘りが大切!  
(親子料理教室での1コマ)

下筒井区食生活改善推進会さん



一言コメント:

ボクの愛よ 妹に届け!!

森口こはるさん