



ヘルスイنفォメーション

Health Information

お知らせ

■ ラジオ体操用品を支給

市では、健康しもつけ21プラン推進の一環として、子どもから高齢者まで参加できるラジオ体操を推進しています。

地域でラジオ体操を行う団体にラジオまたはラジオ体操用CDを支給しています。ご近所の方、お友達と誘い合って、ラジオ体操を始めてみませんか？

■ 対象団体

5人以上が活動する、市民で構成される自主団体

■ 支給要件

- ・月2回以上ラジオ体操を実施できること
- ・年1回以上、市が配布する健康に関するアンケートに協力できること

■ 支給する事業用品

ラジオ（本体）1台またはラジオ体操用CD1枚（1団体につき、いずれかひとつ、1回限り）

■ 申込方法

支給申請書と実施計画書を健康増進課に提出

※申請書等は市ホームページでダウンロードできます。

■ 夜間や休日の救急医療

比較的症状の軽い病気や怪我のときは、一次救急医療機関を利用しましょう。

一次救急医療機関は、いくつかの病院が当番制で受け持っています。毎月、広報紙のくらしの情報の最終ページに「一次救急医療機関情報」が掲載されていますので、ご確認ください。



■ 薬物依存症 家族のつらい

薬物依存症ってなんだろう？家族はどう関わったら良いのかわからない——同じような悩みを抱えている他のご家族と、一緒にお話ししてみませんか？

初めて参加される方は、職員による事前面談があります。まずはお電話ください。

■ 日時 12月3日(木) 午後1時30分～3時

■ 場所 県庁小山庁舎（小山市犬塚3-1-1）

■ 問い合わせ先 県南健康福祉センター生活衛生課 ☎(22)6119

■ 二種混合（ジフテリア・破傷風）ワクチン接種をお忘れなく

ジフテリアも破傷風も、予防接種を受けることで予防できる病気です。乳幼児期に接種する三種（四種）混合ワクチンにも含まれていますが、一定レベルの免疫の維持のため、11歳以上13歳未満のお子さんは、県医師会加入の県内各医療機関で無料接種できます。

市では、接種忘れを防ぐため、中学校入学前までに接種することをお勧めしています。

破傷風菌は、土壤中に広く分布しており、わずかな傷から体内に侵入する可能性があります。対象のお子さんは、早めに医療機関で接種を受けましょう。

相談

■ 育児・母乳・栄養相談

お子さまの成長・発達や、授乳、離乳食に関しての相談をお受けします。

■ 日時

11月26日(木) 午前9時30分～11時
※30分刻みでの予約制です。

■ 場所 ゆうゆう館

■ 相談員

保健師、助産師、管理栄養士

■ 持ち物

母子健康手帳
案内状（乳幼児健診でもらった方）

■ 申込期限 11月24日(火)

