

麻しん風しん2期、 二種混合 予防接種

未接種の方は、夏休み期間を利用しての接種をお勧めします。秋～冬季は他の感染症の流行時期に入ります。早めに接種しましょう。

予防接種の種類	対象者
麻しん風しん2期	小学校就学前1年間の者 (平成23年4月2日～ 平成24年4月1日生まれ)
二種混合	小学校6年生 (平成17年4月2日～ 平成18年4月1日生まれ)

対象者は、無料で接種することができます(平成30年3月末まで)。

熱中症を防ぎましょう

熱中症は、正しい知識を持つことで、防ぐことができます。日常生活における予防は脱水と体温の上昇を抑えることが基本です。

こんな人は特に注意

- ・脱水状態にある人 ・高齢者
- ・厚着をしている人
- ・普段から運動をしていない人
- ・暑さに慣れていない人
- ・病気の人の人、体調の悪い人 ・肥満の人



1 暑さを避けましょう

(行動・住まい・衣服の工夫)

- 暑い日は決して無理をしない
- 日射を遮る、風通しをよくする
- 気温と湿度を確認し、我慢せずに冷房を利用する(室温が28度を超えないように適切な温度に)
- 吸汗・速乾素材を活用し、ゆったりした衣服にする

2 こまめに水分補給をしましょう

- のどが渇く前に、こまめに水分補給(脱水を進行させるためアルコール飲料での水分補給は×)
- 一日あたり1.2ℓの水分補給(普通の生活での目安)
- 起床時、入浴前後に水分補給
- 大量に汗をかいた時は水分と塩分も忘れずに補給

思春期保健セミナー

期日：8月21日(月)

時間：午後6時45分受付、午後7時開会

会場：くすまちメルサンホール健康増進室

講演：「思春期のメンタルヘルス」

講師：独立行政法人 地域医療機能推進機構
湯布院病院 医学博士 大隈 和喜 氏

*心身ともに健やかな思春期を過ごしていくために、家族・地域でできることを考えてみましょう。

幼い命を車内事故から 守りましょう!

毎年、暑い時期になると、車内に放置された子どもが熱中症で亡くなる事故が発生しています。

短時間であっても、車内は50度以上の高温になり、子どもの命に関わる危険性があります。

悲しい事故を防ぐため、子どもの車内放置は絶対にやめましょう。

8月の健康カレンダー

○乳幼児健診・健康相談

場所 くすまちメルサンホール



4か月児健診 H29.4月生まれ	25日(金) 午後0時45分～
7か月児健診 H29.1月生まれ	18日(金) 午後0時45分～
11・12か月児健康相談 H28.7,8月生まれ	2日(水) 午前9時30分～
1歳6か月児健診 H28.1,2月生まれ	23日(水) 午後0時30分～
3歳児健診 H26.1,2月生まれ	9日(水) 午後0時30分～

○母子手帳交付

4日(金)、16日(水)、9月1日(金)

時間 午前9時～午後4時

場所 玖珠町役場1階6番窓口



○総合健診

1日(火)…日出生中学校

8日(火)…八幡小学校

17日(木)…古後中学校

30日(水)、31日(木)…くすまちメルサンホール

9月5日(火)…北山田自治会館

受付時間 午前8時30分～午前10時