

## 日本脳炎予防接種のお知らせ

### ★対象者

1期：満3歳以上7歳6か月未満のお子さん  
 2期：満9歳以上13歳未満のお子さん  
 特例対象者：H7年6月1日～H19年4月1日  
 生まれの方で、1期・2期の接種が  
 終わっていない方

\*1期初回・追加・2期の接種が不十分な場合は、  
 6日以上の間隔をあけて、残りの回数を接種しま  
 しょう。(9歳以上のお子さんの場合は、2期分も  
 接種しましょう)

### ★基本的な接種方法

#### ★1期接種

- ◎1期初回接種：6～28日の間隔をあけ  
 て、2回接種
- ◎1期追加接種：1期初回2回目を接種した  
 後、概ね1年の間隔をあけて1回接種

#### ★2期接種

- ◎2期接種：1期追加接種を終えた後、6日  
 以上の間隔をあけて、1回接種

### 接種期間

- ①H24年 5月12日(土)～5月19日(土)
- ② 5月26日(土)～6月2日(土)
- ③ 6月9日(土)～6月16日(土)
- ④ 7月2日(月)～7月7日(土)
- ⑤ 8月27日(月)～9月1日(土)
- ⑥ 9月8日(土)～9月15日(土)
- ⑦ 9月22日(土)～9月29日(土)
- ⑧福岡県定期予防接種広域化事業  
 (随時～H25年3月31日まで)

### ★接種会場 (H24年度築上町予防接種年間予定表をご覧ください)

医療機関名	住所	TEL	広域化 対応	接種曜日・時間						
				月	火	水	木	金	土	接種受付時間
あないクリニック	西八田	56-5888	★	●	●	●	●	●	●	平日：8:30～11:30/14:00～17:30 木曜：15:00～17:30/水・土8:30～11:30
うえだ内科クリニック	椎田	56-0041	★	●	●	●	●	●	●	平日：9:00～11:30/15:30～17:30 木・土：9:00～11:30
片山医院	安武	52-0505	★	●	●	●	●	●	●	平日：10:00～12:00/17:30～18:30 水・土：8:30～12:00
椎田病院	湊	56-0030	★	●	●	●	●	●		平日：9:30～11:30/13:30～16:00
二見医院	築城	52-0002	★	●	●	●	●	●	●	平日：10:00～12:00/15:00～17:30 木・土：10:00～12:00
宮部病院	湊	56-0038	★	●	●	●	●	●	●	平日：13:30～16:30 土曜：9:00～11:30

### ★注意事項

・日本脳炎ワクチンを接種した後、6日以上の間隔をあげないと、他の予防接種を受けることができません。お子さんの予防接種歴を必ず母子手帳で確認し、接種をしましょう。

★持参するもの：母子健康手帳 ※予診票(藤色)は、町内医療機関に準備しています。

(問い合わせ) 築上町役場 住民課 健康増進係(保健センターチャアフルつき内)

56-0300(内線711)

### チャアフル健康相談のお知らせ

6月4日(月)10:00～11:00、保健センターチャアフルつきで健康相談を行います。

血圧測定、検尿などの健康チェック並びに保健師が健康に関する相談に応じます。利用を希望する方は当日会場にお越しください。健康手帳をお持ちの方は持参してください。

### 豊築休日急患センターからのお知らせ ～口腔がん専門医が来ます

毎月2回、休日急患センターに九州歯科大学の口腔外科医(口腔がん専門医)が来ます。

5月の来所日：6日(日)、20日(日)

お口の中に異常のある方、心配がある方は来所ください。

問い合わせ 豊築休日急患センター

0979(82)8820

## 精神保健福祉士によるこころの健康相談日のお知らせ

毎月第1水曜日に「こころの健康相談日」を実施します。こころの悩みや不安など、精神保健福祉士が相談をお受けします。思春期の悩みや、アルコール、薬物に関する相談も受け付けます。

あなた自身のことや、家族・友人など身近な人のことなど、ひとりで悩まず、話してみませんか？

日時 5月2日(水) 13:00~17:00 (要予約) ※次回は6月6日(水)です。

場所 保健センターチアフルつき

問い合わせ 住民課 健康増進係(保健センターチアフルつき)(内線710)

## みんなでチャレンジ 町民ウォーキングリレー

これまでの報告

世界踏破の旅

★3月1日~31日までの報告

★町民参加者: 63人

★3月に歩いた距離: 9,295km

★これまでにみんなでリレーした距離: 126,028km

到着した場所:

オイマコン(ロシア・サハ共和国の村)



2月に到着したカザフスタンの都市アルマトイを出発し、ウズベキスタン、キルギス、モンゴルを経由しロシア・サハ共和国のオイマコンに到着しました。

サハ共和国はロシア連邦を構成する共和国で、首都はヤクーツクです。面積は3,103km<sup>2</sup>あり、地方行政単位としては世界最大の広さです。サハの土壌は全て永久凍土で面積の40%は北極圏に含まれます。北部の北極海沿岸はツンドラで緑のコケ類が覆いトナカイが暮らしています。

オイマコンは人口800人の村で、北緯63度北極圏のわずかに南に位置しています。北半球の「極寒の地」と言われ、定住地の中でも最も寒い地の一つです。冬は軒並み-50℃以下になるため、細菌やウイルスが生存できず、細菌やウイルスによる感染症にかかることはほとんどありません。最低気温は-71.2℃が記録されています。逆に夏は気温が30℃を超えることがあり、夏と冬の気温差が非常に大きいのが特徴です。オイマコンという名前は「不凍の水」という意味があり、永久凍土であるにもかかわらず、天然の温泉が近くに湧いているためです。水道はなく(凍るため)給水車で各家庭に給水をしています。

日常的に歩く習慣を身につけ  
楽しく歩く仲間を増やし  
健康で元気な町をみんなで創ろう



\*\*参加者募集\*\*

健康増進係(チアフルつき 56-0300  
内線710)にて随時受付中。

## 食生活改善推進会 旬の食材の簡単料理紹介

<椎茸の肉詰め焼き>  
椎田 / 岩本 時枝さん

材料(4人分)

椎茸……8枚	鶏ひき肉……80g	小ねぎ……1本
生姜……少量	塩コショウ……少々	
濃口しょうゆ……小さじ1/2		
片栗粉……適量	ブロッコリー……1/2株	
炒りゴマ(白)……少量	オリーブオイル……少量	
ポン酢……適量	塩コショウ……少々	

作り方

- ①椎茸の軸、生姜をみじん切りに、小ねぎは小口切りにしておく。
- ②鶏ひき肉に①と塩コショウ、濃口しょうゆを混ぜ合わせる。
- ③ブロッコリーは小房に分けてオリーブオイルと塩コショウを絡めておく。
- ④椎茸の傘の内側に片栗粉をはたき、8等分にした②を詰めてゴマをふって③と一緒にアルミホイルにのせてグリル(強火で8分程度)又はフライパンで焼き、ポン酢をつけて食べる。

