

MR（麻しん風しん混合）予防接種のお知らせ

中学生～大学生での麻しん（はしか）の大流行を受け、また風しん制圧を目的として、平成20年からMR（麻しん風しん混合）の予防接種は2回接種となっています。

その経過措置として、3期・4期の方が予防接種の対象に新たに追加されています。平成25年3月までに接種しないと任意接種となりますので、夏休みを利用して早めに接種をしましょう。

★接種対象者

- 第1期： 生後12～24か月未満のお子さん
- 第2期： 小学校就学1年前の5・6歳のお子さん
(平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれのお子さん)
- 第3期： 中学校1年生相当の方
(平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方)
- 第4期： 高校3年生相当の方
(平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれの方)

- ★日 程： ①平成24年 8月18日（土）～25日（土）
 ② 10月20日（土）～27日（土）
 ③ 12月15日（土）～22日（土）
 ④平成25年 2月16日（土）～23日（土）
 ⑤ 3月 9日（土）～16日（土）
 ⑥福岡県定期予防接種広域化事業での接種（①～⑤以外での接種）



※福岡県定期予防接種広域化事業：上記指定期間中に接種を受けられない方、またかかりつけ医が町外（但し、福岡県内）の方は、かかりつけ医が福岡県定期予防接種広域化事業に登録している場合、予防接種依頼書がなくても予約制で接種できます。必ず事前に電話予約をお願いします。

【個別接種実施医療機関の接種曜日・時間表】

医療機関名	TEL	接 種 曜 日 ・ 時 間						接 種 受 付 時 間
		月	火	水	木	金	土	
あないクリニック	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	56-0041	●	●	●	●	●	●	平日：9:00～11:30/15:30～17:30 木・土：9:00～11:30
片 山 医 院	52-0505	●	●	●	●	●	●	平日：10:00～12:00/17:30～18:30 水・土：8:30～12:00※18時以降、要連絡
椎 田 病 院	56-0030	●	●	●	●	●		平日：9:30～11:30/13:30～16:00
二 見 医 院	52-0002	●	●	●	●	●	●	平日：10:00～12:00/15:00～17:30 木・土：10:00～12:00
宮 部 病 院	56-0038	●	●	●	●	●	●	平日：13:30～16:30 土 曜：9:00～11:30

平成24年度「すくすく教室」のご案内(豊前会場)

小さく生まれてきた赤ちゃんの保護者を対象に、子育て支援教室を開催します。
この教室では、赤ちゃんの専門家のお話や保護者間の交流会を予定しています。
この機会に、日頃の悩みや不安を解消し、子育て仲間をつくっていただければと思っています。
どうぞ、お気軽にご参加ください。
なお、託児はありませんので、対象のお子さんと一緒にご参加ください。



1 日程及び内容

実施年月日	教室内容	講師
平成24年9月5日(水)	講演と実技 「親子で楽しむベビーマッサージ と赤ちゃん体操」 お話・マッサージ・交流会	作業療法士： 中島 千鶴子先生
平成24年9月19日(水)	お話と交流会 ・先輩ママとお話ししましょう 「毎日どうやって子育てしている」 ・赤ちゃんの健康について	京築保健福祉環境事務所 助産師

※希望の回のみ参加可能です。2回出席も大歓迎です！

2 対象 平成23年9月～平成24年7月末までに出生した2,500g未満の未熟児と保護者

3 場所 豊前市地域子育て支援センター「たけのこ」

4 時間 10:00～12:00 (受付は9:30～10:00)

5 申し込み方法 8月29日(水)までに、お電話でお申し込みください。
参加する方はバスタオルをご持参ください。

6 申し込み及び問い合わせ先

福岡県京築保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係 担当：星野
TEL：0930-23-2690
FAX：0930-23-4880



「京築地域在宅医療支援センター」(相談窓口)の利用について

～がんでも自宅で過ごすための支援をします～

□地域在宅医療支援センターってどんなところ？

在宅においてがん等で緩和ケアを希望する患者及びその家族等の相談・支援を行うところです。患者・家族から在宅療養上の悩みや不安等の相談を受け、訪問看護ステーションや医療機関の情報提供を行うほか、医療・福祉関係者に対する研修会の開催等を行いながら在宅緩和ケアの普及啓発並びに医療機関等、関係機関相互の連携の促進を図ります。

□どんな人が対象？

重症神経難病や進行がんの方で、在宅で緩和ケアを希望する方が安心して療養生活を送るための支援を行います。

□どんなことが相談できるの？

例えば、こんな相談やお困りごとがよせられています。

- ・がんで入院中だが自宅に帰りたい。どうすればいいか？
- ・自宅で治療をしたいが、往診してくれる医院はどうやって探せばいいの？
- ・家族を自宅で看取することはできる？

□誰が相談に対応してくれるの？

相談には、保健師や医師等が対応します。

□相談窓口と時間

相談窓口：「京築地域在宅医療支援センター」(京築保健福祉環境事務所 健康増進課 健康増進係)
行橋市中央1丁目2番1号 行橋総合庁舎 0930(23)2690

相談時間：9:00～16:00(月～金)※土日・祝日は休みです。

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

- ★6月1日～31日までの報告
- ★町民参加者：58人
- ★6月に歩いた距離：7,758km
- ★これまでにみんなでリレーした距離：161,788km
- ★到着した場所：シアトル（アメリカ合衆国）



5月に到着したフロリダ州を出発し、テキサス州、ミズーリ州、コロラド州、オレゴン州を経て、今月はワシントン州のシアトルに到着しました。

ワシントン州はアメリカ合衆国西海岸最北部の州。州都はオリンピアですが、規模・経済の面で中心都市はシアトルです。近年ではマイクロソフトの本拠地であり、スターバックスの発祥の地として有名です。日本では、州の中心都市シアトルが、シアトル・マリナーズの本拠地である点、任天堂のアメリカ本社がある点でも知られています。

シアトルの名前は、この地に先住したインディアン部族「スクアミシュ族」のシアトル酋長の名に因んでいます。スクアミシュ族は19世紀にアメリカ連邦政府によって保留地へ強制移住させられ、彼らの土地にシアトル市が建設されました。

シアトルは、コーヒーショップの密集度が全米で最も高く、カフェインに浸かった街シアトルの魅力を如実に物語っています。コーヒー豆は栽培されていませんが、シアトルが世界のコーヒーの本場として知られるようになった背景には、太平洋岸北西部の長く陰うつで雨の多い冬を少しでも和らげるために、カフェインの効いた温かい飲み物がもってこいだことが挙げられます。シアトルの人たちは、朝食のときだけでなく朝から晩まで質の高い豊富な種類のコーヒーを飲んでいます。

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

材料（4人分）

さば（無塩）・4切	（A）
塩・・・ふたつまみ	
酒・・・少々	
片栗粉・・・適量	
サラダ油・・・適量	
大根・・・250g	（だし汁・・・60ml）
大葉・・・2枚	
	（梅肉・・・5g）
	（片栗粉・・・小さじ1）

作り方

- ①さばは塩と酒をふってしばらくおく。大根はすりおろして水気を切る。大葉はせん切りにして水にさらし、水気を切っておく。
- ②さばの水分をとり、片栗粉をまぶしフライパンにサラダ油を熱して両面とも色よく焼く。
- ③(A) であんを作る。
- ④器に②を盛りつけ、③のあんをかけて大根おろしをのせ、大葉を飾る。



昔の食卓を守る会から「ぬか床養子縁組」のお知らせ～乳酸菌の宝庫「ぬか漬け作り」はじめませんか？

乳酸菌は腸内環境を整えて体質改善してくれる作用があります。

乳酸菌は乳製品のみに含まれるわけではありません。ぬか漬けは植物性乳酸菌の宝庫です。

昔の食卓を守る会ではぬか漬けのよさを広げるために、ぬか床を「持っている人」から「持っていない人」へ継承する「ぬか床養子縁組」を企画しています。『ぬか床を分けてもらって、ぬか漬け作りに挑戦したい!』という方、この機会にぜひご参加ください。

日 時：9月12日(水) 10:00～

場 所：保健センターチアフルつき

材 料 費：1000円(ぬか床作りも行います)

申込期限：8月30日(木)

申込・問い合わせ：保健センターチアフルつき
(支所・内線710)

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、ご家族・ご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：8月1日(水)、9月5日(水)

13:00～17:00(要予約)

場 所：保健センターチアフルつき

申込・問い合わせ：保健センターチアフルつき
(支所・内線710)

チアフル健康相談のお知らせ

8月6日(月) 10:00～11:00、保健センターチ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、ご持参ください。

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。

8月の来所日：5日(日)、19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

緑

のふるさと協力隊

井上 龍太郎

No.4

築上町に来て3か月が過ぎました。この間の1か月は農業関係と夏に向けての準備がメインでした。具体的には、村上さんの畑にてキウイの摘果と薩摩芋の苗を植える作業、山崎さんのところでスイートコーンの収穫と出荷作業、芳賀さんの田んぼにて素手の除草作業、松丸の吉原自動車のイチヂク畑にて枝の誘引作業、宇留津営農組合のアスパラガスの収穫、小原の有門さんの田んぼにて稲の苗を手植え。また、農業以外では、椎田と築城のプール清掃、牧の原のキャンプ開きの手伝い、メタセの杜の手伝い、浜の宮海岸の清掃、築城カントリーの手伝い、寒田にて鶴田さんの仕事の手伝い。その他、福祉課の人達と一緒に吉富町の社会を明るくする運動に参加しました。



ここ最近、金富神楽の練習が活発になりました。7月28日の初舞台があるためです。また若い世代が増えている事も理由の一つだと思います。神楽メンバーは結構賑やかなので極力週2回参加しています。

す。興味のある方はぜひ金富神社まで顔を出してみてください。毎週月・金の19時から21時まで稽古をしています。また、町民劇にも参加することになりました。集まりまたは練習は、毎月の第2・第4金曜日にあります。場所は月によって違いますが、8月は椎田駅近くのコマールにて練習をしています。現在、参加者を募集中です。興味のある方は、歳や性別、初心者は問わないのでぜひ参加してみてください。

少々宣伝みたいになってしまいました。日々ストレスフリーの生活をエンジョイしています。他には家庭菜園や日々広がっている人間関係など書きたい事は様々ありますが、それはまたの機会に書きます。