

ポリオの予防接種方法が9月1日から変わります

定期予防接種として実施されているポリオの予防接種が、国の施策により平成24年9月1日から、生ポリオワクチン（口から飲む方法）から不活化ポリオワクチン（皮下に注射する方法）に一斉に切り替えることとなりました。

○対象者：生後3か月～7歳半（90か月）未満のお子さん

（生ポリオワクチンをすでに2回接種しているお子さんは、不活化ポリオワクチンを接種する必要はありません。）

○接種方法

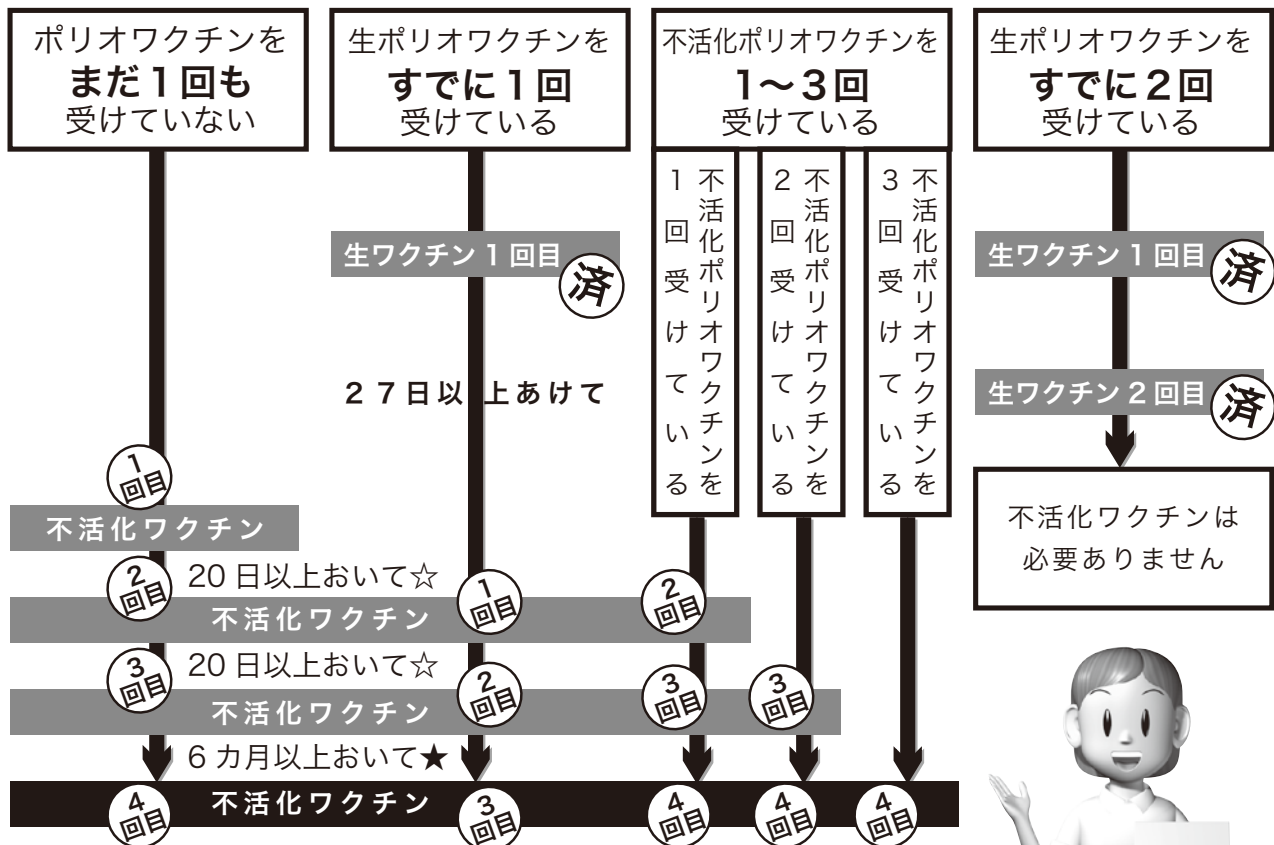
各医療機関にて個別接種として、予約制で随時接種を受けることができます。

初回接種 3回、追加接種 1回 合計 4回の接種

初回接種：20日以上の間隔を空けて3回接種

追加接種：初回接種（3回）終了後、6か月以上の間隔をおいて1回接種

※平成24年9月1日の導入時点では、4回目の追加接種は定期接種対象外です（現在、国内臨床試験を実施中のため、データが整い次第導入予定）。



☆20日以上おいて（20日から56日までの間隔をおくことが望ましいです）

★6か月以上おいて（12か月から18か月の間隔をおくことが望ましいです）

<注意> 9・10・11月に予定していたポリオ集団接種

（保健センターでの集団接種）は実施しませんので、ご注意ください。

○他の予防接種との間隔：不活化ポリオワクチンを接種した日から、6日以上あければ、他のワクチン接種が可能です。

○実施医療機関

・町内医療機関の接種曜日・時間表 ※必ず事前に電話予約をお願いします

医療機関名	TEL	接 種 曜 日 ・ 時 間						
		月	火	水	木	金	土	接 種 時 間
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
上 田 医 院	56-0017	●	●	●	●	●	●	平 日： 9:00～12:00/14:00～15:00/16:00～17:30 土 曜： 9:00～12:00/14:00～15:00
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

・かかりつけ医が町外（但し県内）の方は「福岡県定期予防接種広域化事業」が利用できます。必ず事前に電話予約をお願いします。

・福岡県外のかかりつけ医で接種を希望する方は、健康増進係へご相談ください（事前に手続きが必要です）。

○接種時に持参するもの

1) ポリオ予防接種予診票（白色）：町内の医療機関に準備しています

2) 母子健康手帳

問い合わせ：保健センターチアフルつきき（内線 7 1 1）

特定健診・がん検診の申込み【第 3 期：今年度最終】のお知らせ

集団健診は最後のチャンスになります。随時申し込みを受付けています。まだ申し込みをしていない方はお早めにお申し込みください。

12 月 1 日（土）	築上町中央公民館	申込期限：10 月 12 日（金） 申し込みハガキまたは役場 住民課かチアフルつききの 窓口でお申し込みください。
12 月 3 日（月）	自愛の家	
12 月 5 日（水）	チアフルつきき	
12 月 6 日（木）	チアフルつきき	



*生活習慣病などで医療機関にかかっている方も特定健診が受けられます。かかりつけの医師に御相談ください。

*個別健診を希望する場合はチアフルつききに電話でお申し込みください。

《問い合わせ先》 保健センターチアフルつきき（内線 7 1 0）

チアフル健康相談のお知らせ

9月3日（月）10:00～11:00、保健センターチアフルつき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。

9 月の来所日：2 日（日）、16 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

0 9 7 9（8 2）8 8 2 0

みんなでチャレンジ 町民ウォーキングリレー

★7月1日～31日までの報告

★町民参加者：54人

★7月に歩いた距離：7,950km

★これまでにみんなでリレーした距離：170,221km

到着した場所：サン・ホセ（コスタリカ共和国）

これまでの報告

世界踏破の旅

コスタリカ共和国
サン・ホセ



6月に到着したワシントン州のシアトルを出発し、アメリカ合衆国を出て、メキシコ、グアテマラ、エルサルバドル、ホンジュラス、ニカラグアを経てコスタリカのサン・ホセに到着しました。

コスタリカ共和国は中央アメリカ南部に位置する共和制国家です。1948年に憲法が制定され常設軍隊は廃止されたものの非常時には徴兵があります。長い民主主義の伝統を持ち、中央アメリカでは例外的に政治的な安定が続き、かつ経済状態も良好な国家でしたが、1990年代以降は麻薬の横行により治安の悪化と社会の不安定化が進んでいます。また、コスタリカ市民は命や平和・人権・環境を慈しむことの大切さを教える教育の成果により、人を思いやり尊重する意識、人を傷つけない意識が世界でトップレベルと言われています。

首都のサン・ホセはコスタリカの中央部に位置する山岳地帯で標高は約1170mにあります。サン・ホセ州の州都でもあり、中米の世界都市です。1950年の人口は8万6900人でしたが、20世紀後半に急拡大し現在は38万人に増加しています。日本の岡山市とは姉妹都市です。

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

材料	
米……………3合	だし汁……………3カップ
ひじき（乾）………5g	濃口醤油……………大さじ2
きくらげ（乾）………5g	薄口醤油……………大さじ2
かんぴょう（乾）…10g	酒……………大さじ2
油揚げ……………1枚	みりん……………小さじ1
鶏もも肉……………100g	塩……………少々
塩・濃口醤油……………少々	三つ葉……………少々

(A)

作り方

- ①米は洗ってザルに上げて30分置く。
- ②ひじきはサッと洗ってぬるま湯で戻す。きくらげも同様に戻し、石づきを除いて細かく切る。かんぴょうは水でぬらし、塩でもみ水洗いして2cm幅に切る。油揚げも細かく切っておく。三つ葉は3cmに切る。
- ③鶏もも肉は2～3cm角に切り、濃口醤油をふる。
- ④米、②と③の材料と(A)の調味料で炊き上げて、三つ葉を散らす。

〈海山ごはん〉

西角田 尾園美津代さん

