

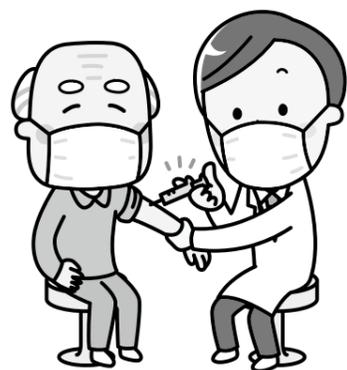
インフルエンザを予防しよう

新型コロナウイルス感染がまだまだ心配ですが、インフルエンザが流行する季節がやってきます。

インフルエンザ予防接種は、感染を完全に阻止する効果はありませんが、発症をある程度予防できることや、発症後の重症化や死亡を減らす効果があります。重症化が心配な高齢者や妊婦、18歳以下の子どもには有効な予防接種です。

接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに約2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5か月間と言われています。より効果的に有効性を高めるためには、12月上旬までには接種を済ませておきましょう。

今年度の坂町のインフルエンザ予防接種の詳細については、配布のお知らせをご覧ください。



新型コロナウイルスもインフルエンザも、原因は飛沫感染、接触感染です。こまめな手洗いとうがい、咳エチケット、マスクの着用は感染予防の基本です。また、部屋の換気を良くし、3密（換気の悪い密閉空間、多数が集まる密集場所、間近で会話や発声をする密接場所）を避けましょう。さらに、十分な休養と睡眠、水分摂取をこころがけ、人混みへの外出は控えましょう。

問合せ 役場保険健康課 ☎820-1504

10月・11月は「麻薬・覚せい剤・大麻乱用防止運動月間」です

麻薬、覚せい剤、大麻、危険ドラッグ等の乱用は、本人の身体、生命に危害を及ぼすばかりでなく、各種の犯罪・事件・事故を引き起こし、社会にも大きな不安を与えています。

覚せい剤は、暴力団関係者だけではなく、一般住民の間にも広がっています。また、最近では、青少年を中心とした大麻の乱用が拡大していることに加え、大麻ワックス・リキッドなどの大麻濃縮物や大麻含有食品など、その乱用形態の多様化が見られるなど、憂慮すべき状況にあります。

麻薬・覚せい剤・大麻・危険ドラッグ等の乱用を防止するには、その乱用による恐ろしさを正しく認識して、一人ひとりが不正な薬物に「近づかない」、「近づけない」ことが何より大切です。

みんなで、麻薬・覚せい剤・大麻・危険ドラッグ等の乱用を根絶しましょう！

問合せ 広島県西部保健所広島支所衛生環境課 ☎513-5533

◎申込み・問合せ 保健センター ☎885-3131

講座名	とき	ところ	内容
100万歩歩いて元気になろう会	10月13日(木) 9時30分～11時30分	町民センター	持参物 タオル、バスタオル、手袋、お茶、筆記用具、体操マット 申込締切 開催日の前日 (初めて参加される方のみ)
	10月27日(木) 9時30分～11時30分		
筋力アップ教室 要申込	10月4日(火) 9時30分～11時30分	横浜ふれあいセンター	持参物 タオル、バスタオル、手袋、お茶、筆記用具 申込締切 開催日の前日
	10月4日(火) 13時～15時	町民センター	
	10月28日(金) 13時30分～15時30分	小屋浦ふれあいセンター	
ごっくん教室 (離乳食講習会) 要申込	10月24日(月) 10時～11時30分	保健センター	令和4年5～6月生まれの子
もぐもぐ教室 (離乳食講習会) 要申込	10月25日(火) 10時～11時30分	保健センター	令和4年3月生まれの子
さかっ子ひろば (育児相談)・ 赤ちゃんの 歯の相談 要申込	10月14日(金) 13時15分～13時55分受付	保健センター	内容 計測、健康相談、栄養相談 歯科相談 対象 9～12か月の赤ちゃん
	10月17日(月) 13時15分～13時55分受付	なかよし ハウス	内容 計測、健康相談、栄養相談 対象 0～8か月の赤ちゃん
	11月8日(火) 13時15分～13時40分受付	パオちゃん ルーム	内容 計測、健康相談、栄養相談 対象 0～12か月の赤ちゃん
1歳6か月児健診	10月5日(水) 個別に時間指定	Sunstar Hall	令和3年2月1日～ 令和3年3月31日生まれの子
3歳児健診	10月19日(水) 個別に時間指定	Sunstar Hall	平成31年3月1日～ 平成31年4月3日生まれの子
乳児健診	11月9日(水) 個別に時間指定	町民センター	令和4年6月13日～ 令和4年8月9日生まれの子
こども教室 要申込	10月20日(木) 9時30分～12時	保健センター	専門のコーディネーターがこどもの発達や関わり方について、遊びを通じて一緒に考え、アドバイスします。

※100万歩歩いて元気になろう会、筋力アップ教室は運動ができる服装、靴で参加してください。