

いきいき健康 吉野町保健センターです!

お問い合わせ・申込み…保健センター(長寿福祉課) NTT…Tel(32)0521、IP…(39)9079

場所の記入がない事業は保健センター(健やか一番館4階)にて行います。交付・申請窓口は3階です。各事業の詳細は、広報4月号と同時配布の「令和4年度健康づくりカレンダー」をご覧ください。健康づくりカレンダーは令和5年3月末まで保管してください。

ノロウイルスなどの感染性胃腸炎を予防しましょう

例年、冬期にノロウイルスなどが原因とみられる感染性胃腸炎が流行します。手や食品を介して体内に侵入したノロウイルスなどは、数時間～48時間の潜伏期間を経て、嘔吐、腹痛、下痢、発熱などの症状を起こします。これらのウイルスの感染力は極めて強く、少量のウイルスでも感染が拡大することがあります。

感染性胃腸炎の感染を防ぐために…

- ・手洗い・うがいはしっかりとる。
- ・感染者の便・吐物に触れる時は使い捨ての手袋・マスク・エプロンを着用する。
- ・便・吐物の処理後はすぐに手洗い・うがいを十分に
- する。
- ・汚染物の消毒および患者の食器等は次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤など)で消毒する。
- ・布団などすぐに洗えないものが汚染された時は、スチームアイロンや布団乾燥機を用いる。
- ・加熱による消毒は、85℃で90秒以上実施する。

消毒液の作り方

◆準備物 500mlペットボトル、塩素系漂白剤(家庭用)、水、漏斗(金属製でないもの)

◆作り方

- ①ペットボトルに少し水を入れ、塩素系漂白剤(※)を入れる。
- ②水をペットボトルいっぱいになるよう足し、フタをして振る。

※塩素系漂白剤の量について

- 1)吐物に直接使用する場合:ペットボトルのフタ2杯(約10ml)
- 2)トイレの便座や患者が触れた物、洗濯物に使用する場合:ペットボトルのフタ1/2杯程度(約2ml)

注意!

- 塩素系漂白剤は脱色や金属を腐食させるため、消毒後は拭き取りや水洗いをしてください。
- トイレ用洗剤など酸性系洗剤と混ぜらないようご注意ください。

健診結果相談会

栄養士・保健師がわかりやすく、日常生活での減塩のポイントと個々の健診結果に基づいた健康へのアドバイスをします。ぜひお越しください。

実施日	対象者	時間	持ち物
1月6日(金)	12月3日・4日のミニドック受診者またはその他の機会に健診を受診した方	13:30～15:00	・ミニドック結果(別の機会に健診を受診した方はその健診結果) ・筆記用具 ・味噌汁 ・眼鏡など

※参加費無料



普段飲んでいる味噌汁の塩分濃度を測定しませんか。味噌汁を空ペットボトル等に入れてお持ちください。

令和4年度 特定健診はもうお済みですか?

40歳～74歳までの国民健康保険に加入している方が今年度中に特定健診を受診できる期間は、令和5年2月28日(火)までです。

各自で医療機関に事前予約のうえ、受診券と質問票、保険証をお持ちになり受診してください。

岡町民税務課 国保担当
NTT…Tel(32)3081
IP直通…Tel(39)9063



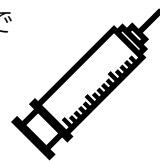
高齢者の予防接種の助成期限

高齢者(65歳以上の方)の予防接種の助成期間は下記のとおりです。ご注意ください。

◆高齢者インフルエンザ 1月31日(火)まで

◆高齢者肺炎球菌 3月31日(金)まで

※高齢者肺炎球菌については、令和4年5月に対象となる方に、高齢者肺炎球菌ワクチン接種券をお送りしています。詳しくは吉野町ウェブサイトでご確認いただくか、保健センターにお問い合わせください。



COVID-19 Infomation 新型コロナ対策関連情報



オミクロン株対応ワクチン接種を希望する方へ

オミクロン株対応ワクチン接種は、令和5年3月31日で終了予定です。まだお済みでない方で、接種を希望される方は、お早めに下記医療機関へ直接お申し込みください。 閩保健センターTel(39)9079

オミクロン株対応ワクチン接種は、下記の①～③の条件をすべて満たす方が対象

- ①12歳以上
- ②初回接種(1・2回目接種)が終了している
- ③最終接種日から3か月以上経過している

ワクチン接種後も感染対策を継続しましょう

新型コロナウイルスワクチンには、重症化予防や発症予防の効果が期待されますが、その効果は完全とは言いきれません。感染しても無症状状態で、気づかないうちに他人へ感染させてしまう可能性があります。



接種可能な
医療機関

南奈良総合医療センター

(大淀町大字福神8番1)

対象者 12歳以上の方

予約方法 電話(平日9時30分～17時30分)
予約専用番号 Tel0120(067)020

潮田クリニック (上市2135番地)

対象者 12歳以上の方

予約方法 電話(平日9時～17時)
Tel(32)3381

島田医院 (上市126番地)

対象者 18歳以上の方

予約方法 電話
(月・火・水・金曜日…9時～11時/16時～17時30分)
(土曜日…9時～11時)
Tel(32)2026

※接種日時は、各医療機関へ直接お問い合わせください。