



● 予防接種法改正のお知らせ

平成18年4月1日より、麻しん（はしか）と風しんの予防接種の2回接種制度が導入されます。

・4月からは、麻しん風しん混合ワクチン（MR混合ワクチン）を使用することで、麻しんと風しんの予防接種が一度で済むようになります。

また、より高い予防の効果を得るために2回接種を新たな制度として導入し、1回目は1歳～2歳未満、2回目は小学校就学前の1年間（5歳～7歳未満）に接種を行います。

・4月以降、1歳～2歳未満で麻しんまたは風しん予防接種のどちらかが済んでいなく、単抗原ワクチンによる接種を希望する方は、法に基づかない予防接種となりますが、その費用負担については配慮する予定です。

・4月までは、生後24～90ヶ月未満の方が対象です。早めに接種を済ませましょう。

平成18年4月1日からは、2歳以上のお子さんはMR混

合ワクチンの定期予防接種の対象になりません。

問い合わせ先 保健センター
☎④33555番

● 基本健康診査の結果説明・相談会

今年度、基本健康診査を受診した方を対象に結果説明・相談会を実施します。

健診結果から、自らの体の状態を確認して生活習慣を見直し、より健康で豊かな生活を送れるよう、資料等を使って個別相談を行います。

日時 12月5日（月）

9時30分～17時

（都合のよい時間に来てください）

場所 保健センター

2階多目的ホール

実施方法

保健師・栄養士による個別相談

持ち物

検診結果・健康手帳

問い合わせ先 保健センター

☎④33555番

● 脳ドック検診

脳疾患は、私達の生命を脅かすだけでなく時には重大な後遺症を残し、生活を送るうえで障害となることもありえます。

脳疾患あるいはその危険因子を発見し、発症や進行を予防するのが脳ドックです。

市では脳ドック検診料金の一部を助成します。ぜひこの機会を健康管理にお役立てください。

対象 35歳～69歳

（昭和11年4月1日～S46年3月31日生）ただし、次の方は除きます。

・以前、脳血管疾患にかかったことのある方及び治療中の方

・ベースメーカーを装着している方

・妊娠中の方や妊娠している可能性のある方

・平成14年～平成16年にこの事業を利用した方

定員 20名

助成額

・脳ドック検診を単独受診した場合 1万5千円

・人間ドックと併せて受診した場合 1万円

医療機関

医療機関の指定はありませんので、脳ドック検診を実施している医療機関で受診してください。

その他

事前に申込みが必要です。平成18年2月中旬に受診をしてください。

問い合わせ先 保健センター

☎④33555番



● 移動献血車 運行日程

12月は、移動献血車、ひまわり号、が市内一円を巡回します。近くの会場にて、献血へのご協力をお願いします。

献血基準

【対象】 年齢16歳～69歳まで



体重 男性 45kg以上
女性 40kg以上
※ 65歳以上の方は、60～64歳の間に献血したことのある方に限らせていただきます。
〔種類〕 400ml献血
200ml献血

実施日	会場	時間
12月8日(木)	紋別信金前 シティ紋別店前	9:00～12:00 13:10～16:00
12月9日(金)	紋別公共職業安定所前 紋別警察署前 網走西部耕地出張所前 オホーツクはまなす農協本所前	9:00～ 9:50 10:10～11:40 13:00～14:00 14:20～16:00
12月12日(月)	紋別市役所前 ポスフル紋別店前	10:00～12:00 13:10～16:00



※運行状況により、若干時間が前後することがあります。ご了承ください。

問い合わせ先 保健センター ☎43355番



閉じこもりすぎず、元気な暮らしの場へ

「健康に自信のない方や高齢者の方が気軽に参加できて楽しめる場です」

介護者手を つなぐ会

介護の苦勞を話すこと・聴くことで介護の負担感が少しでも軽くなることを願って開催しています。介護経験の有無を問わずどなたでも参加できます。

日程 12月20日(火)
時間 13時30分～15時30分
会場 保健センター

ひまわりクラブ

日程 12月22日(木)
時間 10時～12時
会場 落石高齢者ふれあいセンター
内容 クリスマスお楽しみ会

ついでにカラオケ

日程 12月19日(月)
時間 10時～12時
会場 上渚帯高齢者ふれあいセンター

縁ほからかクラブ

日程 12月6日(火)
内容 クリスマスのリース作り
日程 12月13日(火)
内容 室内ゲーム、歌、健康体操
日程 12月20日(火)
内容 クリスマスお楽しみ会
・会費300円
・申込み12月16日まで(緑高齢者ふれあいセンター) ☎66646

日程 12月27日(火)
内容 室内ゲーム、歌、健康体操
時間 10時～11時30分
会場 緑高齢者ふれあいセンター

ついでにカラオケ

日程 12月9日(金)
時間 10時～12時
会場 渚帯高齢者ふれあいセンター
内容 室内ゲーム

ほづつクラブ

日程・内容 12月6日(火)
クリスマスツリー飾りつけ
12月20日(火)
昼食会

リハビリ陶芸

日程 12月6日(火)
12月20日(火)
時間 13時～15時
会場 保健センター

