



お知らせ

◎献血の実施について

▷とき 5月12日(火) 午前10時～正午、午後1時15分～4時

▷ところ 役場玄関前

▷対象 次の①②のいずれにも該当する人

①体重50kg以上の男性17歳、女性18歳～69歳 ※65歳以上の人は60～64歳の間に献血経験がある人 ②年間献血回数が男性3回、女性2回以内の人

▷その他 協力いただける人は密集を避けるため、事前に電話にて混雑状況の確認をお願いします。

◎個別健診(特定健診、健康診査、がん検診)の実施について

▷申込 受診を希望する人は、直接実施医療

機関に申込み・予約ください。

※健診(検診)項目・実施医療機関など、詳細は4月に配布済の令和2年度健康づくり年間予定表に掲載

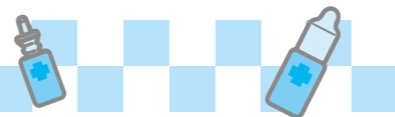
▷その他 町で実施する特定健診、健康診査がん検診は、いずれも年度内に1回の受診。 ※個別健診または、集団健診どちらか一方の受診になります(個別健診で受けた健診は、集団健診などで受けることができません)

▷実施期間 5月1日～令和3年2月末日

※特定健診、健康診査については、新型コロナウイルス感染症の影響に伴う国の緊急事態宣言発出中は中止とします。再開時期はホームページなどでお知らせします。



保健だより



予防接種関係

種別	内容
BCG	生後3カ月になる前日～1歳になる前日までに1回 ◆ただし、標準的な接種期間は、生後5カ月に達した時から8カ月に達するまでの期間
四種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)	生後3カ月になる前日～7歳6カ月になる前日まで 初回接種 20日以上の間隔で3回(できるだけ、生後3カ月～12カ月の間に受けてください) 追加接種 初回終了後6カ月以上(できるだけ、1年～1年6カ月)あけて1回
単独不活化ポリオ ※四種混合接種者除く	生後3カ月になる前日～7歳6カ月になる前日まで 初回接種 20日以上の間隔で3回 追加接種 初回終了後6カ月以上(できるだけ、1年～1年6カ月)あけて1回
MR(麻しん・風しん)	1期 1歳の誕生日前日～2歳の誕生日前日までに1回 2期 平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれで年長クラスに相当する1年間に1回
日本脳炎	1期初回 生後6カ月になる前日～7歳6カ月になる前日まで ◆ただし、標準的な接種年齢は、3歳～4歳(6日以上の間隔で2回) 1期追加 1期初回終了後、6カ月以上(標準的にはおおむね1年あけて1回) 2期 9歳の誕生日前日～13歳の誕生日の前日までに1回 ※積極的接種勧奨差し控えにより接種を逃した人については、不足回数が接種可。
ヒブワクチン	生後2カ月になる前日～5歳になる前日まで、年齢により1～4回
小児用肺炎球菌ワクチン	生後2カ月になる前日～5歳になる前日まで、年齢により1～4回
B型肝炎	生後2カ月～1歳の誕生日の前日までに3回
水痘	生後1歳の誕生日前日～3歳の誕生日前日までに2回 2回目は1回目から3カ月以上(できるだけ、6カ月～12カ月)あけて接種する
子宮頸がん予防(HPV)ワクチン	小学6年生～高校1年生相当年齢の女子、合計3回(現在積極的接種勧奨を一時見合わせています)接種を希望する場合はワクチンの有効性とリスクを理解したうえで受けてください。
高齢者用肺炎球菌	今年度の末日に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の人 令和3年3月31日までに1回 ※今までに接種した人は対象外

とき・受付時間 = 年間を通じて実施 ※時間は医療機関によって異なります。
ところ = 指定医療機関 ※指定医療機関は、『健康づくり年間予定表』をご覧ください。

いきいき健康ライフ 手術の治りにも影響する口腔ケア

近年、歯科の役割が広がってきています。歯周病がお腹のなかの胎児に影響を与えるなど聞いたことがあるかもしれませんが、最近では口の中の汚れと「誤嚥性肺炎」、歯周病と「糖尿病、心臓疾患、動脈硬化」の関係、更にはむし歯と「脳血管障害、認知症発生リスク、関節リウマチ」との関連性など口の中の環境が全身におよぼす影響が大きくなり取上げられています。

口のケアが入院・手術後の治りの良さに影響するという観点から「周術前口腔ケア」(手術などの前にむし歯治療や歯周病治療、プラーク除去などを行い、口の環境を整える)や「周術期口腔ケア」(手術の前後など、様々な段階で口のケアを行う)など口の環境と全身の関係

性が重要視されてきています。

また「口腔機能低下症」は、加齢だけでなく様々な理由により口の機能が低下する病気、舌の機能低下や嚥下障害(飲み込めない・むせる)、ドライマウス(口腔内乾燥)などにより「食べる力」が低下することで、全身の病気を引き起こすといわれています。また、それらの機能が衰え始めるのは40代からともいわれています。

超高齢社会となった今、口の環境を整えることの重要性は非常に大きくなってきています。「治す」から「防ぐ」へ。より健康的な生活を送るために、是非お気軽に無料歯科健診などでご自身の口の中の状態を把握してみてください。

(一社)川西市歯科医師会

乳幼児健康診査

種別	内容	とき・受付時間・ところ
9・10カ月児健康診査	平成31年4月9日～平成31年8月6日生まれの人 ※身体計測、診察、歯科健診	21日(木) 13:15～14:30
1歳6カ月児健康診査	平成30年6月15日～平成30年8月31日生まれの人 ※身体計測、診察、歯科健診	20日(水) 13:15～14:15
★すくすく相談	乳幼児の身長及び体重測定・育児に関する相談(定員10組、時間指定あり)	19日(火) 9:30～11:30
★ぱくぱく食事相談	管理栄養士による乳幼児の栄養・食事に関する相談など(定員6組程度、要予約)	26日(火) 10:00～11:30
あいあい教室	新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間中止します。歯、口腔に関するご相談は歯科相談をご利用ください。	

検診・相談など

種別	内容	とき・受付時間・ところ
★健康相談	血圧・検尿・生活指導・医師による相談など 前立腺がん検診(料金1,000円 定員10人) 肝炎ウイルス検査(料金1,000円 定員10人)	7日(木) 13:30～14:15
★精神保健相談	医師による心の相談。 引きこもりやこころの悩み、老人性認知症など	13日(水) 14:00～
★歯科相談	歯科医師による口腔内の相談	14日(木) 13:30～14:45

その他

種別	内容
妊婦健康診査助成	医療機関で受診する妊婦健康診査に対し、一部助成を行っています。(20,000円上限2回、8,000円上限4回、5,000円上限8回の合計14回) ※事前に申請が必要
成人歯科健診	20歳以上(年度末現在)が対象で、年度内(4月から翌年3月末日)に1人1回受診することができます。直接、川西市歯科医師会会員医療機関に電話予約の上、受診してください。(健診無料、健康保険証持参)
妊婦歯科健診	妊婦健康診査助成申請された妊婦を対象に「妊婦歯科健診受診券」を交付します。妊娠安定期の体調の良いときに川西市歯科医師会会員医療機関に電話予約の上、受診してください。(健診無料)。
川西市歯科医師会立訪問歯科センター	歯科治療で通院が困難な人(要介護者・ねたきり状態など)に、歯科医師や歯科衛生士が自宅へ訪問し、直接治療や口腔ケアなどを行います。費用負担あり。 ▶問合せ 同センター【☎757-0418(月～金曜日、9:00～17:00)】



5月の子ども向け行事は新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。
館内での長時間の滞在は避けてご利用ください。

5 がつ としょかん通信

▷問合せ 図書館 (☎ 766 - 3238)

▷休館日 ~5月6日(水)まで(7日以降は毎週月曜日) ※現在、予約図書の貸出・移動図書館も休止しています。また、休館の予定は変更となる場合があります。開館日など詳細は図書館ホームページをご確認ください。



▷開館時間 午前10時~午後6時
▷展示 「文学賞受賞作品」 =7月1日まで

日生図書館

開室日 日曜日=10・17・24・31日
水曜日=13・20・27日
金曜日=8・15・22・29日
土曜日=9・16・23・30日
開室時間 午前10時~午後5時
※土曜日は午後0時30分まで

こんな本いかが？

しりとりしましょ！ たべものあいうえお

さいとうしのぶ/作 リーブル

しりとりは、子どもがいろいろなことばを覚えるのにも役立つ楽しい遊び。本書は、「アイスクリーム」から始まり、食べ物しりとりがぎゅぎゅ詰まった絵本。食べ物たちが擬人化された楽しいイラストには、ページごとに細かいストーリーも描かれていて、何度読んでも楽しめます。【幼児～・142 ページ】



言葉屋 言箱と言珠のひみつ

久米絵美里/作 もとやまさこ/絵 朝日学生新聞社

「言葉屋」とは、言葉を口にする勇氣と口にしない勇氣を扱う店。小学5年生の詠子は、雑貨屋を営むおばあちゃんの本業が知る人ぞ知る言葉屋だったことを知り、弟子入りします。クラスでのめごとや友だちとの交流を通じて言葉の大切さについて考えていく、温かい物語。【高学年～・205 ページ】



ことばハンター 国語辞典はこうつくる

飯間浩明/著 ポプラ社

国語辞典の編さん者である著者は、本やテレビ、街中などで日々新しいことばを探すことばハンター。そのハンティングの様子や、それがどのように辞書に掲載されるのかを分かりやすく紹介。辞書の魅力や身の回りのことばに注目する楽しさを教えてくれます。【高学年～・174 ページ】



文豪の凄い語彙力

山口諺司/著 さくら舎

伝えたいことにぴったり当てはまる言葉を選び抜き、時には創り出しながら文章を紡いだ文豪たち。例えば、「てきと踏たる花」「じゅうい糖衣を脱いだ声」「かいよう海容の美德」など、文学作品での使用例と、その意味とを解説したのが本書です。今まで知らなかった日本語の世界が広がります。【一般・251 ページ】



瞬

とぎめき

「今」「この瞬間」輝いている
* あなたを応援します *

踊り一筋40年、生涯現役！

90歳を過ぎた今、改めて踊りとの出会いを思い返してみますと、幼い頃、母が好きだった日本舞踊のお稽古に連れて行かれたことが初めてだったように思います。その頃は踊りが好きになれなくて、小学校に上がる前には辞めてしまいました。

社会人となり、そんなことも忘れていた頃、同僚から「会社のクラブ活動で日本舞踊を教えて欲しい」と言われたことがきっかけで、もう一度踊りに触れることになりました。昔は嫌いだった踊りも、時を経て改めて触れることで、楽しさがわかるようになり、私の中ではかけがえない趣味となりました。



お弟子さんとお稽古の様子



50歳を迎え、退職を機に本格的に日本舞踊を習おうと思いましたが、色々な流派を習い、新舞踊の「紀乃元流」の家元の踊りに出会い、魅了されました。新舞踊は、演歌のように馴染みのある曲に合わせて振り付けを創作して踊ります。私は、稽古を続ける中で、歌詞の中の登場人物になりきって、喜びや悲しみなどを表情や所作で表現することを一番大切にしています。40年間踊り続け、今ではおかげさまでいいお弟子さんや生徒さんに囲まれ、楽しく過ごしております。

また、老人ホームなどへボランティアで公演に行ったりもしています。見ていただいた皆さんから、「また来てほしい」「よかった！」と喜んでもらえることが嬉しく、私自身の励みにもなっています。

好きなことを続けられるという事は、本当に幸せだと思います。踊りという生きがいがあるからこそ、この歳まで毎日元気に過ごすことができていると思います。

生涯現役、100歳になっても舞台上に立ち続けられるよう頑張っていきたいと思っています。

最後に、新舞踊を続ける中で、一番の支えは昨年末に亡くなった主人でした。頑固で難しい人でしたが、新舞踊に熱中する私を応援してくれ、舞台も必ず見に来てくれました。天国の主人に、「ありがとう」と伝えたいです。

森川 ふく子さん
(92歳・松尾台)



紀乃元流 師範

50歳を迎え、退職を機に本格的に日本舞踊を習おうと思いましたが、色々な流派を習い、新舞踊の「紀乃元流」の家元の踊りに出会い、魅了されました。新舞踊は、演歌のように馴染みのある曲に合わせて振り付けを創作して踊ります。私は、稽古を続ける中で、歌詞の中の登場人物になりきって、喜びや悲しみなどを表情や所作で表現することを一番大切にしています。40年間踊り続け、今ではおかげさまでいいお弟子さんや生徒さんに囲まれ、楽しく過ごしております。

また、老人ホームなどへボランティアで公演に行ったりもしています。見ていただいた皆さんから、「また来てほしい」「よかった！」と喜んでもらえる



「瞬」の掲載希望者・団体を随時募集中です。

※詳細は町ホームページ募集情報より

▶申込・問合せ 企画政策課広報戦略室 (☎ 766 - 8707)

