

# 健康案内

## 予防接種

健康課 ☎ 725・54

### ツベルクリン・BCG

下表の日程で行います。  
 直接会場へおいで下さい。  
 対象 接種日現在、生後3か月以上4歳未満でBCG接種を受けたことのないお子さん  
 持ち物 母子健康手帳、質問票  
 (当日の会場にもあります)  
 接種方法 ツベルクリン反応検査: ツベルクリン注射をしてから2日後に判定する BCG接種: ツベルクリン反応検査の判定の結果、陰性の場合はその場で接種する。

### 【次のような場合は受けられません】

ツベルクリン反応検査

BCG接種

発熱している、重篤な急性疾患にかかっている、まん延性の皮膚病にかかっている、ツベルクリン反応検査において水ぼうし、え死等の非常に強い反応を示したことがある、副じん皮質ホルモン剤を使用している、その他予防接種を行うことが不適当な状態にある

### ツベルクリン反応検査・BCG 予防接種日程表

ツベルクリン接種後2日目に判定を行い、陰性の場合BCGを接種しますので両日ともおいで下さい。

実施日	会場	時間帯
1月21日(火)	健康福祉会館(原町田・森野・中町・旭町・玉川学園・南大谷・高ヶ坂地区の方)	午前午後
1月22日(水)	鶴川市民センター	午前午後
1月27日(月)	健康福祉会館(原町田・森野・中町・旭町・玉川学園・南大谷・高ヶ坂地区以外の方)	午前午後
1月28日(火)	成瀬センター	午前午後
2月3日(月)	健康福祉会館	午前午後

各会場とも、車での来場はご遠慮下さい。  
 時間は午前=10時~11時30分、午後=1時30分~3時です。  
 健康福祉会館の混雑を緩和するため、日程ごとに対象地区を設定していますが、お子さんの体調等により別の日に変更することは可能です。

### 1月の健康案内

健康課 ☎ 725・5422

事業名	会場	開催日	時間	対象	内容	
母親学級 4日間コース (申し込み制)	健康福祉会館	10日(金)	午後1時30分~4時	16~25週妊婦	1日目	快適なマタニティライフのために
		2日目			妊娠中の日常の生活実習	
		3日目			歯と口の衛生生活	
		4日目			生活と栄養	
離乳食講習会 (申し込み制)	健康福祉会館	初期	午前9時55分~11時45分	4~5か月児	離乳食の進め方のお話と試食	
		後期			午後9時30分	8~9か月児
乳幼児母子相談	健康福祉会館	6、20、27日(月)	受付 午前9時45分~11時30分 午後1時30分~3時	2歳以下児	身長・体重測定、栄養相談、母子相談、家族計画	
	子どもセンターばあ	10日(金)				
	鶴川分館	9日(木)				
	健康相談室忠生	15日(水)				
	堺市民センター	8日(水)				

## 検診

### 結核健康診断

### 胸部レントゲン

### 間接撮影

現在でも東京都で、毎年約400人の結核患者が発生しています。固有の自覚症状が少なく自分で気づかないことが多いので、早期発見のために一度、結核健康診断を受けましょう。

### 結核健康診断

実施日	会場	時間帯
1月21日(火)	健康福祉会館	午前午後
1月22日(水)	鶴川市民センター	午前午後
	小山センター	午前
1月27日(月)	健康福祉会館	午前午後
1月28日(火)	成瀬センター	午前午後
2月3日(月)	健康福祉会館	午前午後

各会場とも、車での来場はご遠慮下さい。  
 時間は午前=10時~11時30分、午後=1時30分~3時です。

## 健康づくり

### 骨粗しょう症

### 予防事業

更年期の女性ホルモン低下により、骨のカルシウムは年間3%程度減っていきます。しかし、自分の骨量を知り日常生活に注意を払うことが大切です。

骨粗しょう症は、骨の量が減少し、骨折のリスクが高くなる病気です。予防には、カルシウムとビタミンDの摂取、適度な運動、禁煙・禁酒が大切です。

## インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザは通常のかぜと違って38度から39度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強くあらわれます。かからないように次のことを守って快適な冬をお過ごし下さい。

インフルエンザが流行してきたら、人ごみは避けましょう。外出時にはマスクを利用し、帰宅時にはうがい、手洗いを忘れずにしましょう。

# ごみダイエット!

vol.13

## 廃棄物減量等推進員ってご存知ですか? みなさんの地域で活躍しています!

廃棄物減量等推進員の制度は、市民と行政が互いに協力し合って、家庭から出るごみの適正な処理と減量及び再利用を促進することを目的としています。推進員の委嘱は、自治会・町内会から熱意と識見を有する方の推薦を受け、市長が行うもので、1994年4月に施行された「町田市廃棄物の処理及び再利用の促進に関する条例」に基づいています。現在232人の方に、市民と行政のパイプ役として、またごみに関する地域のリーダーとして活躍していただいています。

### 推進員さんから一言

私も推進員も地域の広報等でごみ減量の呼びかけを行っていますが、分別の不徹底等で減量効果が得られないのが現状です。ごみとなる物は家庭に持ち込まないことが先決ですが、まず

分別の徹底、リサイクルについて実践していただき、それを地域の方々に積極的に啓発していただくことです。大変地道な活動ですが、急務で重要な活動です。地域の皆さんの全面的な協力をお願いします。

私ども推進員も地域の広報等でごみ減量の呼びかけを行っていますが、分別の不徹底等で減量効果が得られないのが現状です。ごみとなる物は家庭に持ち込まないことが先決ですが、まず

分別の徹底、リサイクルについて実践していただき、それを地域の方々に積極的に啓発していただくことです。大変地道な活動ですが、急務で重要な活動です。地域の皆さんの全面的な協力をお願いします。

## お知らせ

## 募集

### 2003まちださくらまつり

### 出店(展)者募集

来年の「まちださくらまつり」は4月5日、6日に開催します。尾根緑道とその周辺が会場です。

【PRコーナー】  
 対象 さくらまつりでPRしたいことがある企業・団体(市内外は問いませんが、市内の企業・団

## ご案内

### 測量にご協力を

公共下水道設計資料作成のため、測量を行います。やむを得ず、宅地内等に立ち入らせていただくことがありますので、ご協力をお願いします。

町田市常盤町、小山町及び小野路町の各一部  
 期間 12月下旬~3月末  
 問 下水道総務課 ☎ 720・181