

# 保健相談センターからのお知らせ

問 健康づくり課 ☎(235)7880



## えびな健康マイレージ2014 応募締め切り間近です

「えびな健康マイレージ2014」の応募締め切りは、2月28日(土)です。これは、30ポイントを貯めると、折りたたみ自転車や電動歯ブラシなどの賞品が当たる抽選(3月実施予定)に応募できる市の健康事業です。

45歳検診・特定検診等 (40歳以上必須項目)		10ポイント	健康の取り組み 1日7000歩歩										1日 1ポイント				
がん検診	特定検診	H 25 年 6 月 16 日	6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	6/14	6/15
がん検診	特定検診	H 年 月 日	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
イベントや講座への参加		5ポイント															



ポイントは、検(健)診の受診や日々の健康活動、健康関連のイベント参加などで貯めることができます。ポイントカード



## 健康えびな普及員会主催健康教室 「ヨガ教室」

ドは、健康づくり課窓口で配布または、市ホームページからダウンロードできます。応募箱は市役所

総合窓口、保健相談センター、各コミセン、えびな市民活動センター・ビナスポに設置しています。1人何口でも応募できますので、既に応募した方もぜひ応募ください。詳細は、市ホームページをご覧ください。

多数の場合は抽選)

▼日時 2月12日(木) 13時30分～15時30分(受け付けは13時から)  
▼場所 中新田コミセン  
▼講師 カルチャーサロンJUMP 講師・大寺美保子氏  
▼対象 市内在住の方  
▼定員 20人(事前申込制・応募)

▼持ち物 健康手帳(お持ちの方)・タオル・飲み物・ゴムバンド(お持ちの方)  
▼申し込み 往復はがき(1人1枚)に住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を、返信用表面に住所・氏名を記入し、〒243・0422中新田377海老名市保健相談センター「ヨガ教室」係へ。2月2日(月)必着。



## 予防接種はお済みですか?

予防接種は、対象年齢を過ぎると無料で受けることができません。受け方などの詳細は、健康づくり課へお問い合わせください。

【麻しん・風しん混合ワクチン】→小学校就学前、忘れずに2回目接種を!  
1回の接種で麻しんと風しんの免疫を同時に付けることができます。ワクチンの効果をあげるため、2回の接種が必要です。

	1期	2期
対象者	1歳以上2歳未満のお子さん	小学校就学前の1年間にあるお子さん(平成20年4月2日～21年4月1日生まれ)
接種回数	1回	

【二種混合ワクチン(ジフテリア・破傷風)】→小学校6年生の方は接種を!  
乳幼児期の三種混合でできた免疫の効果を高めるために第2期として接種します。

対象者	小学校6年生(該当学年で受けられない場合は11歳以上13歳未満は接種可能)
接種回数	1回

【日本脳炎ワクチン】(接種間隔を空けて4回の接種が必要です。)

	1期	2期
対象者	3歳の誕生日以降、7歳6カ月未満のお子さん(通常は3歳で2回、4歳で1回)	小学校4年生(該当学年で受けられない場合は9歳以上13歳未満は接種可能)
接種回数	計3回	1回

▶平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方は接種の確認を!

「日本脳炎予防接種1期・2期」が未接種で、平成7年4月2日～19年4月1日生まれの方(特例対象者)は、公費負担(無料)での接種が可能です。\*平成17年度～21年度の間、日本脳炎予防接種の積極的勧奨を差し控えていました。この間に予防接種を受ける機会を逃していることがありますので、母子健康手帳などを確認し、未接種分を受けてください。

☆特例対象者の接種スケジュール

接種期間	特例対象者が20歳になる前日まで
接種回数	合計4回のうち未接種分*接種間隔は接種済み回数や年齢により異なりますので、かかりつけ医に相談してください。



## 食品衛生責任者 養成講習会

▼日時 2月15日(日) 10時～17時  
▼会場 厚木商工会議所5階大会議室  
▼内容 公衆衛生学・衛生法規・食品衛生学  
▼対象 満15歳以上(義務教育履修中の方を除く)の方、原則として日本語が理解できる方  
▼定員 先着150人  
▼費用 1万円(受講料)  
▼持ち物 証明写真2枚(縦4センチ×横3センチ)  
▼申し込み 1月29日(木) 厚木商工会議所5階大会議室(13時30分～16時)、1月30日(金)以降の(土)(日)(祝)を除く平日 神奈川厚木合同庁舎1号館4階食品衛生協会事務局(9時～17時)に、受講料と証明写真を持参してください。なお、電話での申し込み・事前予約は行っていません。



## 平成26年度第2回 口腔がん検診(集団)

▼日時 2月22日(日) 8時30分  
▼会場 海老名総合病院  
▼費用 1000円(免除規定あり)  
▼定員 55人(応募多数の場合は抽選)  
▼申し込み 往復はがき(1人1枚)に住所・氏名・ふりがな・生年月日・電話番号を、返信用表面に住所・氏名を記入し、〒243・0421さつき町41番地海老名市歯科医師会へ。1月31日(土)締め切り。  
▼その他 今年度から、市内の医療機関で口腔がん個別検診も行っています。初めて受診される方は、健康づくり課へお申し込みください。詳細は、平成26年3月末に全戸配布した「えびな健康だより」16・20ページをご覧ください。

## 献血ありがとうございます

(会場とご協力人数)

今後も献血へのご協力をお願いいたします。

### 11月分

- 海老名中央公園 164人
- (株)リコーテクノロジセンター 168人
- イオン海老名店 49人
- 自動車部品工業(株)海老名工場 40人
- 海老名市役所 57人

### 12月分

- (株)パブコ 58人
- 芝浦メカトロニクス(株) さがみ野事業所 14人
- 神奈川県産業技術センター 17人