

健康のまちづくり市民大学 受講生募集

市では、長期総合計画の基本理念である「健康で生きがいのある市民の暮らしの実現」を目指し、「市民参加型・市民提案型社会における市民主体のまちづくり」に取り組んでいます。

このまちづくりを具体的に実現するための一つである健康のまちづくり「人・まち・自然がいっきいウェルネスアクション・つる」プランの策定に向けて、昨年九月に市民、学識経験者から成る委員二十名により、「市民懇話会」が設置されました。八回の会議と三回の小委員会、また、一、〇〇〇人以上の市民のアンケートをもとに、行政主体でなく市民参加・市民参画による新たな視点からの健康に対する提言書が、八月十日、市長に提出されました。この提言を受け、市としても、今後市民と行政が一体となった事業を展開していく段階になりました。

その、第一事業として、「健康のまちづくり市民大学」を下記のとおり開催します。



「市民懇話会」から市長へ健康のまちづくりに対する提言書が提出されました

まちづくりの実践方法、「市民懇話会」からの提言に基づく健康のまちづくり活動の推進について、都留文科大学の先生やまちづくり先進地からの講師を招き、あなたも共に学び、活動を広げ、健康のまちづくり実現のためのネットワークに参加しませんか。

募集人数 30人
締切期日 10月16日(月)
申込・問合せ先

いきいきプラザ都留
健康推進課

☎ (46) 51113
FAX (46) 51119

メールアドレス

kenkou@city.tsuru.yamanashi.jp

「まちづくり市民大学」連続講座 (注) 講師の都合により、内容を多少変更することもあります

回数	日時	場所	内容
第1回	10月22日(日) 午後2時～4時	ふるさと会館 3階研修室	まちづくりとは…(総論) ～健康のまちづくりを中心に～
第2回	10月28日(土) 午前10時30分～午後12時30分	都留市文化会館 4階大ホール	まちづくりの実際の活動から学ぶ ～健康のまちづくりへの取り組みを中心に～
第3回	11月19日(日) 午後2時～4時	ふるさと会館 3階研修室	健康なまちづくり① ～提言内容を中心に～
第4回	12月9日(土) 午前10時30分～午後12時30分	ふるさと会館 3階研修室	健康なまちづくり② 次回のワークショップへの布石とする。ゼミ形式など
第5回	12月17日(日) 午後2時～4時	ふるさと会館 3階研修室	ワークショップ (グループで話し合い)

ポリオの予防接種を再開します

今春、ある県において脳炎で亡くなったたり、麻痺や髄膜炎の症状があらわれたという報告がありました。

お二人とも、同じ製造番号のポリオワクチンによる予防接種を受けていたため、厚生省では、念のため同じ製造番号のワクチンを使用する予防接種の見合わせを行い、調査団を編成してワクチンに異常がないか、製造過程などの再チェックなども行いました。

その結果、お二人の症状の原因はワクチンとの関連がないこと、同時期に他の同様の報告はないこと、ワクチンの品質には異常はないことが明らかになりました。これを受け、ポリオの予防接種を再開します。

予防接種ガイドブック「予防接種と子どもの健康」を読み、正しい知識を持って予防接種を受けましょう。

会場

いきいきプラザ都留
三階診察室

日時

10月19日(木)・26日(木)
11月9日(木)・30日(木)
いずれも午後1時30分～2時30分

問合せ先 いきいきプラザ都留
健康推進課 予防担当

☎ (46) 51113



インフルエンザに ご注意ください

インフルエンザにかかると、高い熱が急激に出て、同時に頭痛、腰の痛み、筋肉痛、関節痛、全身のだるさ、あわせて、のどの痛み、鼻汁、せきなどの症状があらわれます。

通常は、一週間くらいで回復しますが、合併症を引き起こす可能性があります。生命にかかわる危険もありますので、軽い病気だと思わないことが大切です。

◎インフルエンザの予防

- ・十分な栄養と休養
- ・外出時のマスクや、帰宅時のうがい、手洗いをしましょう
- ・室内の乾燥に気をつける
- ・インフルエンザが流行してきたら、人混みは避けましょう。特に睡眠不足、疲労時の外出はインフルエンザに感染しやすくなります
- ・流行前にインフルエンザの予防接種を受けましょう

◎インフルエンザの予防接種

インフルエンザワクチンは、他のワクチンと同じように病気にかかるのを防いだり、また、かかっていても軽い症状で済むようにするものです。一～四週間の間隔で、二回接種します。

◎実施医療機関

- 回生堂病院 ☎ (43) 2291
- 磯部医院 ☎ (43) 4121
- 富士渡辺内科 ☎ (45) 8881
- 須藤整形外科医院 ☎ (43) 3151
- 武井クリニック ☎ (45) 6811
- 都留市立病院 ☎ (45) 1811