

# ほけんセンターだより



## Information

詳細はこちら



健康  
カレンダー



秩父市  
HP



ママ、パパ応援

子育て支援アプリ  
ちちぶっこ



## 新型コロナワクチン接種 65歳未満の方の接種券について

- 65歳未満の方の接種券は、7月上旬に発送します。
- 以下のいずれかに該当する方は、優先期間を設けて予約を受け付けます。

○基礎疾患を有する方 ○高齢者施設等従事者 ○60～64歳の方

また、優先期間終了後は、予約が集中することによる混乱を防ぐため、年齢を区切って受け付けます。予約の詳細については、全戸配布されるチラシ、または市HP、安心・安全メール、防災無線、LINEなどでご確認ください。

## 接種を希望される65歳以上の方へ

- 65歳以上の方の予約は、65歳未満の方の予約開始後も継続して受け付けします。
- ①予約を頼める人がいない②ご自身の高齢・障がいのため、コールセンターへの電話・LINEでの予約ができない、両方に当てはまる方は、お住まいの地区の民生委員へご相談ください。

問保健センター ☎22-0648 ㊟22-5338

## ご注意ください

- コールセンターへの電話のかけ間違いが多発しています。よくご確認の上、おかけください。コールセンター☎050-2018-2795

## 熱中症を予防しましょう

### 暑い季節を快適に過ごしましょう

熱中症は屋外だけでなく室内でも引き起こします。暑い季節は、気温や湿度の高い環境に注意しましょう。

### 暑さに負けない体づくりをしましょう

熱中症の予防には、適切な食事や小まめな水分補給、十分な睡眠が大切です。また、エアコンや扇風機を活用しましょう。

## がん検診 保育サービスの おしらせ

乳がん子宮頸がん検診を受診される方を対象に、検診中、保育士がお子さんをお預かりします。

日時 8月17日(木) 受付時間 12:30～ 対象 小学生未満のお子さん若干名

お申し込み 22-0648 (秩父市保健センター) 詳細については健康カレンダー参照

締め切り 7月30日(金)※申し込み時に、必ず保育サービス利用希望をお伝えください。

## 予防接種

### 麻疹風疹第2期予防接種を受けましょう。

麻疹・風疹を予防するには、1歳のときに1回接種した後、小学校入学前の1年間にもう1回接種することが重要です。

令和3年度の対象者は、平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれのお子さんです。

接種期間は、4月1日～令和4年3月31日までです。予診票をお持ちでない方は、母子健康手帳を持って、保健センターまでお越しください。

## 子育て世代包括支援センター

### 乳幼児の熱中症予防について

乳幼児は体温調節機能が未発達なので熱中症になりやすいため、衣服の調節や、水分補給を小まめにする等、周囲の配慮が必要です。

近年、自動車の中に乳幼児を置き去りにしたことで発生した熱中症による死亡事例等が報道されています。少しの時間でも車内は高温になります。乳幼児を車の中に決して一人にしないでください。

涼しい服装 日陰を利用 日傘・帽子 水分・塩分補給



## 健康マイレージクイズ

ヒント：市報6月号

肺がんについて、正しいものに○、誤っているものに×をつけてください。

- ①喫煙者は、非喫煙者より、肺がんになりやすい。
- ②受動喫煙は、肺がんのリスクを高めない。
- ③早期の肺がんは、無症状のことがある。
- ④定期的に検診を受けることが大切。

### 【回答欄】

| ① | ② | ③ | ④ |
|---|---|---|---|
|   |   |   |   |

※ポイント付与の窓口は各保健センターです。

## 献血とき



①8月13日(金) 10:00～16:00

②8月15日(日) 10:00～11:45

13:00～16:00

※変更する場合がありますので、事前にご確認ください。

## ところ(主催団体)

①秩父公園(秩父市献血推進協議会)

②ヤオコー前広場(UNICUS秩父)