

# 健◎康 ホットライン

■問い合わせ先 保健センター TEL 46-5571  
e-mail:hoken@town.hiraizumi.iwate.jp

## 高齢者のインフルエンザ 予防接種のお知らせ

高齢者を対象としたインフルエンザ予防接種が始まります。同予防接種は、個人の疾病・重症化予防を目的に実施されています。

### ◎接種期間

11月1日、  
21年1月31日  
できるだけ早め（12月中旬まで）の接種が望ましいとされています。

### ◎接種費用

接種費用のうち2000円を町で負担し、その他の費用は自己負担（生活保護を受けている方は免除）となります。接種期間外に予防接種を受けた方は、公費負担の該当なりません。

### ◎接種が適当でない人

明らかに発熱のある人  
重篤な急性疾患にかかっていることが明らか  
な人  
インフルエンザ予防接種に含まれる成分によってアナフィラキシーを起こしたことがあることが  
明らかな人  
過去にインフルエンザの予防接種で接種後2日以内に発熱や、全身性発疹などのアレルギーを

疑う病状があった人  
その他、医師が不適当な状態と判断した場合

### ◎一般的注意事項

予防接種を受けた後30分間は、急な副反応が起こることがあります。医師（医療機関）とすぐに連絡が取れるようにしておきましょう。  
インフルエンザワクチンの副反応の多くは24時間以内に出現します。特にこの間は体調に注意しましょう。  
入浴は差し支えありませんが、注射した部位を強くこすことはやめましょう。

### ◎予防接種健康被害救済制度

接種当日はいつも通りの生活をして構いませんが、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。  
接種当日はいつも通りの生活をして構いませんが、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

## むし歯のない 3歳児

このコーナーでは、町の健康診査で「むし歯のない3歳児」として表彰されたお子さんを紹介します。付き添いの保護者の方には、むし歯ゼロへの取り組みを教えてもらいました。



佐々木 結子

「食後は自分でブラッシング・うがいをし、朝・晩は仕上げ磨きをします」



千葉 百華

「食後は麦茶を飲み、自分でブラッシングした後は必ず仕上げ磨きをします」



山田 凜音

「甘いものは極力控え、寝る前はしっかりと歯磨きをします」

### 参加者募集！ 町玄米二ギ二ギ体操まつり

日 時…11月22日（土）  
10：00～12：00  
場 所…平泉小学校体育館  
内 容…みんなで楽しく動きまわろう。  
団体発表  
対 象…どなたでも参加できます。  
終了後、芋の子汁を振る舞います。  
問い合わせ先…保健センター ☎46-5571

### 受講者募集！ 個別健康教育

血圧が高め、コレステロールが高め、血糖値が高め、たばこをやめたい方に対して、保健センタースタッフが検査値を見ながら個別に対応し、症状改善のために支援していきます。  
期 間…11月中旬～平成21年4月中旬（約6カ月間）  
対 象 者…▷循環器系検診を受けた方で 血圧が高めの方 コレステロールが高めの方 血糖値が高めの方のうち、治療していない方（年齢・保険の種類の制限はありません）▷禁煙を希望する方  
受 講 料…無料 申込期限…11月7日（金）  
申し込み・問い合わせ先…保健センター ☎46-5571

## 秋の 全国火災 予防運動

11月9日～15日

これから本格的な寒さを迎え、ストーブやこたつなど暖房機器を使用する機会が多くなり、火災が発生しやすくなります。一人ひとりが防火を心掛け、大切な生命や財産を火災から守りましょう。

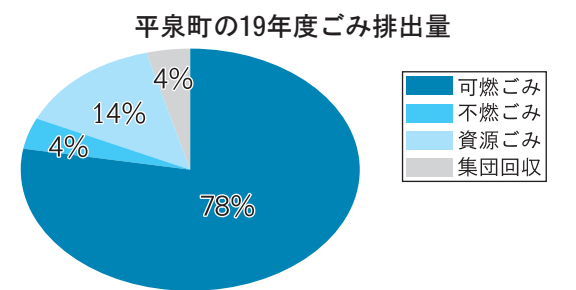
- ◎火の用心・7つのポイント…▷家の周りに燃えやすい物を置かない。  
▷寝たばこやたばこの投げ捨てはしない。  
▷天ぷらを揚げる時は、その場を離れない。  
▷風の強い時は、たき火をしない。  
▷子どもには、マッチやライターで遊ばせない。  
▷電気機器は正しく使い、たこ足配線はしない。  
▷ストーブには、燃えやすい物を近づけない。



◎問い合わせ先…一関西消防署平泉分署 ☎46-0119

平泉町のごみ量年度別比較 単位：t

	15年度	16年度	17年度	18年度	19年度
燃やすごみ	1,799.31	1,872.78	1,940.58	1,927.18	1,948.82
燃やせないごみ	164.76	140.16	134.1	144.63	111.48
資源ごみ	336.5	368.91	365.5	359.93	344.05
集団回収	88.05	87.67	86.55	93.54	89.71
合 計	2,388.62	2,469.52	2,526.73	2,525.28	2,494.06



### 町のごみ処理状況

19年度の町の総排出量は「燃やすごみ」1,949.8t、「燃やせないごみ」111.5t、「資源ごみ」344.1t、「集団回収」89.7tの合わせて2,494.1tで、18年度より31t減少し、人口1人当たり排出量でも0.6t減少しました。皆さんが、ごみの減量に取り組んだ成果といえます。分類別では「燃やすごみ」が22t増加しているものの、

### ごみ情報

「燃やせないごみ」「資源ごみ」「集団回収」は減少しました。要因として、19年度から分別・排出方法の一部を変更したことが考えられます。

今後もごみの減量化に一層のご協力をお願いします。買物では、渡されるレジ袋は断る。無駄な物は買わない。必要な量だけ買う。再使用できる容器を探す。丈夫で長持ちするものを選ぶ。ことなどを心掛けましょう。

各家庭でも3R（Reduce=減量化、Reuse=再使用、Recycle=再利用）を実践しましょう。

問い合わせ先  
町民福祉課 ☎46-5562

### 20年度 高齢者のインフルエンザ予防接種委託医療機関

委託医療機関名	実施曜日・時間	電話	委託医療機関名	実施曜日・時間	電話
ひらいずみ内科クリニック	月火水金8：30～12：00・14：00～17：00、 水木8：30～12：00	34-1133	佐藤外科肛門科医院	月～金9：00～17：30、 土9：00～12：00	26-5125
阿部医院	月火土9：00～11：00、 水木金9：00～17：00	29-2020	佐藤内科小児科医院	月火水金9：30～17：00、 木土9：30～11：30	26-5611
阿部内科クリニック	月～金9：00～17：30、 土9：00～12：00	23-2918	昭和病院	月木土9：00～12：00、 火水金9：00～17：00	23-2020
一関中央クリニック	月火水金9：00～16：30、 水土9：00～12：00	21-1222	菅原整形外科クリニック	月～金10：00～17：30、 土10：00～11：30	23-0501
一関病院	月～金9：00～11：00・14：00～16：00	23-2050	菅原内科医院	月火水金8：30～17：30、 木土8：30～12：00	21-2888
いとう脳神経内科	月火水金9：00～12：00・14：00～17：00、 水土9：00～12：00	21-8200	千葉内科医院	月火水金9：00～17：30、 土9：00～12：00	25-3211
岩手クリニック一関	月水木8：30～17：00、 火金土8：30～12：00	21-5111	寺崎内科胃腸科医院	月～金9：00～17：30、 土9：00～12：00	23-6211
岩手県立磐井病院	病院にお問い合わせください。	23-3452	中里クリニック	月火水金9：00～17：45、 水土9：00～12：00	32-5888
及川内科胃腸科クリニック	月火水金9：00～17：30、 木土9：00～12：30	31-3131	中野内科循環器科クリニック	月火水金9：00～18：00、 水土9：00～12：30	33-2311
小野寺内科循環器科	月～金9：00～18：00、 土9：00～12：00	23-5600	氷室内科医院	月～金9：00～16：00	23-3185
菊池医院	月～金9：00～17：00、 土9：00～12：00	23-7100	ル・コンセール田島内科	月火水金9：00～17：00、 木土9：00～11：30	23-3668
木村消化器内科	月火水金14：10～17：00、 木土9：00～12：00	21-1311	そばた脳神経クリニック	月火水金9：00～17：30、 水土9：00～12：30	21-1175
岩手病院	月～金9：00～12：00	25-2221	桂島医院	月火水金9：00～17：00、 水土9：00～11：00	21-8883
西城医院	月火水金9：00～17：00、 水土9：00～12：00	28-2393	秋保クリニック	月火水金9：00～16：00、 水土9：00～11：00	32-5105
西城病院	月～金15：00～16：00	23-3636	むらかみクリニック	月火水金9：00～16：00、 木9：00～12：00	31-2888
齋藤産婦人科医院	月～金9：00～11：00・14：00～17：00、 土9：00～11：00	23-6946	ひがしやま病院	月～金14：30～17：00	48-2666
佐藤胃腸科内科医院	月～金9：00～17：00、 土9：00～12：00	23-9678	美希病院	火水木金土9：00～16：00、 日9：00～11：00 予約13：00～17：00	0197-56-6111

上記医療機関以外での接種を希望される場合は、保健センターにお知らせください。