

保健師だより



あなたの健康支えます!!

◆ 予防接種はお済みですか? ◆

次の予防接種は、今年度中のみ対象となりますので、早めに接種を受けましょう。予診票が見当たらない場合は、母子健康手帳をお持ちの上、健康環境課までお越しください。

小学校6年生

◆ 二種混合ワクチンⅡ期

平成 18 年 4 月 2 日～平成 19 年 4 月 1 日 生まれ

来年度就学児

◆ 麻しん風しん混合ワクチンⅡ期

平成 24 年 4 月 2 日～平成 25 年 4 月 1 日 生まれ

※今年度国内の一部地域で麻しんが流行しました。麻しんは非常に感染力が強いため、予防接種を受けて免疫をつけることが大切です。夏休み等で外出の機会が増える時期ですので、早めにワクチンの接種を受けて免疫をつけましょう。

◆ 任意予防接種の費用一部助成 ◆

任意予防接種費用の一部を助成します。日本小児学会では、1歳～1歳3か月の間に1回目、5歳～6歳で2回目の接種が推奨されています。

◆ おたふくかぜワクチン

対象者：満1歳～就学前までのお子さん
助成額：5,000円（1人1回まで）

※医療機関の場所によって接種方法が変わります。

須賀川管内：医療機関備え付けの予診票を利用し、接種料金から助成額を差し引いた費用を窓口でお支払いください。

須賀川管外：事前に健康環境課で申請していただく必要があります。

● 問い合わせ先 健康環境課 ☎ 62-2115

～親子のマッサージ教室～

インストラクターの先生をお迎えして、親子遊びを交えたエアロビクス及びお子さんのマッサージ教室を開催します。親子でふれあい、体を動かす機会としてぜひ参加してみませんか？

参加希望の方は7月25日(木)までにお申し込みください。

● 申込・問い合わせ先 健康環境課 ☎ 62-2115

◎ 自家消費野菜等食品放射能測定結果について

5月に実施された食品放射能検査の結果は、表のとおりです。

国の暫定基準値 100 ベクレル/kg を超える数値が検出された食品は、0件でした。また、井戸水の検査実施は1件で不検出でした。

なお、検査に出される際には、食材 500 グラム以上が必要となりますが、着いた土（泥）などを洗い流し、食べられない部分はできるだけ取り除いてください。

食品名	件数	検出件数	食品名	件数	検出件数
うどん	1	0	大根	1	0
きぬさや	1	0	大根葉	1	0
キャベツ	1	0	たけのこ	2	0
きゅうり	1	0	白菜	1	0
こしあぶら	1	0	ブロッコリー	1	0
すぐり	1	0	ほうれん草	1	0
スナップエンドウ	1	0	水菜	1	0
			合計	15	0

● 問い合わせ先 簡易放射能測定センター
(勤労青少年ホーム内) ☎ 62-2444

○ 献血にご協力をお願いします

県内では、輸血に必要な血液が慢性的に不足しています。町では、次のとおり献血を行いますので、町民の皆さまのご協力をお願いします。

● 日時 7月13日(金)

午前9時30分～午後4時30分
(正午～午後1時は昼休み)

● 場所 勤労青少年ホーム

● 献血できる方

【表1】のとおりです。当日の問診の内容によっては、献血をご遠慮いただく場合がありますのでご注意ください。

○ 自衛隊からのお知らせ

自衛官等採用試験

防衛省・自衛隊では、次により自衛官の募集を行います。

● 航空学生

【受験資格】

(海) 高卒 (見込含) 23歳未満の方
(空) 高卒 (見込含) 21歳未満の方

【受付期間】 7月1日(日)～9月7日(金)

【試験期日】 1次 9月17日(月)

● 一般曹候補生

【受験資格】 18歳以上27歳未満の方

【受付期間】 7月1日(日)～9月7日(金)

【試験期日】 1次 9月22日(土)

自衛官候補生

【受験資格】 18歳以上27歳未満の方

【受付期間】 7月1日(日)～9月7日(金)

【試験期日】 9月22日(土)

艦艇広報

● 日時 7月15日(日)午前9時30分～

● 場所 相馬港3号埠頭

● 艦艇 「さわぎり」「とね」

※装備品展示、音楽演奏などを実施します。

問い合わせ先

自衛隊福島地方協力本部 郡山地域事務所
☎ 024193211424

【表1】採血基準表

種類 項目	全血献血	
	400ml	200ml
年齢	男性 17歳～69歳※ 女性 18歳～69歳※	16歳～24歳
体重	男女とも50kg以上	男性 45kg以上 女性 40kg以上
間隔	前回献血から男性は12週間後、女性は16週間後の同じ曜日	前回献血から男女とも4週間後の同じ曜日

※65歳以上の献血は、過去5年間で献血経験のある方に限ります

▼ 問い合わせ先
福祉こども課

☎ 62-2210

ALTの先生が帰国

ありがとう サンドラ先生

着任より1年間、中学校や保育所、幼稚園で外国語指導助手(ALT)としてご活躍いただいたサンドラ先生が、任用期間満了により、8月に帰国します。

サンドラ先生より、町民の皆さんへのメッセージを預かりましたのでご紹介します。



中学校で英語を教えるサンドラ先生

サンドラ先生からのメッセージ



今年の夏、私はニュージーランドに帰国します。鏡石町のALTとして過ごした1年間はとても楽しかったです。鏡石町は美しい自然を持ち、親切な人たちが住む素晴らしい町です。日本での最初の一年間、大きな都市に住んでいた頃は寂しさを感じることもありましたが、鏡石町では、豊かな自然と人々の優しさの中で故郷を思い出し、ホームシックになることはありませんでした。鏡石町の皆さん、私を受け入れ、困ったときには助けてくれてありがとうございます。私の日本語は完璧ではありませんでしたが、根気強く私の話を聞いてくれた

おかげで、苦労することはありませんでした。鏡石中学校、鏡石幼稚園、鏡石保育所の子どもたちに英語を教えることができたことをうれしく思います。子どもたちと一緒に過ごした時間はとても幸せでした。

鏡石町で暮らしたこと、ここで教師として教えたことを、私は決して忘れません。日本では多くの場所を旅しましたが、鏡石町は私の大好きな場所の一つです。

私の次に鏡石町を訪れるALTにとっても、ここが優しさとおたたかさを感じることでできる場所であることを願っています。本当にありがとうございました!