

インフルエンザ予防接種を行います

インフルエンザ予防に心がけましょう

指定医療機関が 県内全域に拡大

インフルエンザは、例年11月頃より流行が始まり、1月から3月に流行のピークを迎えます。1～5日(平均2日)の潜伏期間の後、突然に発症し、38以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身けん怠感などの症状が出るのが特徴的です。

インフルエンザが流行し始めたら人混みを避け、外から帰ってきたら、手洗い、うがいを行なってください。咳、くしゃみの際にはティッシュなどで口と鼻をおさえるのが咳エチケットです。マスクをせずに咳やくしゃみをする、ウィルスが2～3メートル飛ぶといわれています。インフルエンザ

にかからないよう、うつさないようインフルエンザの予防に心がけましょう。

予防接種法による高齢者のインフルエンザ予防接種を10月15日(水)から12月26日(金)まで実施します。今年度より、指定医療機関が福島県内全域までに拡大され、とても便利になりました。みなさんのかかりつけの主治医にお申し込みください。また、町から3,000円の助成がありますので、医療機関の窓口で差額料金をお支払いください。

対象者


- ① 接種日において満65歳以上の方
- ② 60～64歳の方で、心臓や腎臓、呼吸器やヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に重い障害(身体障害者手帳1級程度)を有する方
- ③ 鏡石町に住民登録があり、本人が予防接種を希望する意志があること

接種場所
県内全域の医療機関
予約が必要な医療機関もありますので、詳しくは町健康福祉課または直接医療機関におたずねください。


実施期間
10月15日(水)～12月26日(金)

個人負担
町から3,000円の助成がありますので、差額を各医療機関でお支払いください。
ただし、生活保護世帯は無料です。


回数
期間内に1人1回



ふるさと **故郷だより** ～私の育ったまち～



佐藤 浩江さん(久来石)



岩手県一関市

今月号は、岩手県一関市出身の佐藤さんにお話を伺いました。

一関市は岩手県の最南部、中尊寺のある平泉町に隣接する人口約12万6千人、盛岡市、奥州市に次ぐ岩手県第3位の都市です。田村郡三春町とは姉妹都市を締結しています。中央に北上川が流れ、狹鼻溪の船下りは、みなさん一度は耳にしたことがあると思います。

佐藤さんは「小学校から高校までバレーボールをしてきました。興味は無かったのですが、姉や友人の影響で始めました。今も子育ての合間を見て週3回程度構造改善センターで練習していますよ。体を動かすことで健康に気をつけています」と話してくださいました。

町の印象は「山や川など実家とあまり変わらないので、とても住みやすいですね。うちの家族は4世代と一緒に暮らしていて大家族といった生活が楽しいです」と話していました。

まちづくりについて尋ねると「子どもが2人いるので、乳幼児医療が小学校3年生まで受給できるのは助かります。保育所や児童館などもあるので、子育てする環境はとてもいいのではないのでしょうか」と応えてくださいました。


このコーナーにご協力いただける方を募集します。故郷の思い出を語ってみませんか。お問い合わせは、町総務課(☎62-2111)までお電話ください。

総合型スポーツクラブ **かがみんぴっく** プレイベント情報

◆スポーツフェスティバル「かがみんぴっく」開催

体力測定や様々なスポーツゲーム、ニュースポーツなどで、楽しく汗を流しませんか。午後には、元プロ野球選手の野球教室もあります。お友達やご家族お誘い合わせのうえご参加ください。

日時：10月26日(日)
午前9時から
場所：鳥見山陸上競技場(雨天時は鳥見山体育館)
詳しくは鏡石町公民館までお問い合わせください。
☎62 2031



トップアスリート教室【野球】

日時：10月26日(日)午後1時30分～
場所：鳥見山野球場(雨天時は鳥見山体育館)
参加費：小・中学生100円、一般300円(保険料含) 高校生は観覧のみOK
参加申込：鏡石町公民館(☎：62-2031)
*講師1：遠藤一彦さん(TBS解説者)
*元 大洋ホエールズ(現 横浜ベイスターズ)投手。'83,'84には最多勝・最多奪三振の投手2冠に輝くなど、大洋の大エースとして活躍。



*講師2：
伊藤博康さん
学法石川高校 東北福祉大学 読売巨人軍



Regina **レジーナの森 10月お得プランのご案内** 天栄村羽鳥湖高原 Tel 0248-85-2525

・のんびり満足プラン 日帰り温泉入浴 + 板小屋ランチ
【料金】大人1名1,500円 小学生1名1,100円

無料送迎バス 運行開始! 新白河駅高原口 | 白河ジャスコ | レジーナの森
11:20発 → 11:30発 → 12:00発
(10月より運行・要ご予約) 17:00着 ← 16:50着 ← 16:20着

「秋の遠足いも煮会プラン」
【料金】大人1名4,200円 小学生3,200円 3歳以上2,200円
【期間】～11/24まで ※予約制。15名様より承ります。

日帰り温泉入浴 + いも煮 器材・食材 + BBQ 器材・食材 + 無料送迎有 (要予約)

司法書士法人 **あおば事務所**

須賀川事務所：須賀川市岡東町177ソレイユマンション102号
電話番号0248-72-7057
福島事務所：福島市南中央3丁目7-2鶴島ガーデン102号
電話番号024-528-8802

旬のおいしさ、心とこめて...

江戸前 寿司 割烹 本 賊 ぐさ

有限会社 寿し割烹とぐさ
福島県岩瀬郡鏡石町不時沼265
TEL (0248) 62-3980