



ぼくたち わたしたち

くっちゃん子

俱知安でくすくす育つ子どもたちです。「こんな子に育ってほしい！」ご家族の願いも併せて紹介します。
☎総合政策課広報広聴係 ☎ 56 - 8001

※ 4・10 カ月児健康診査を受診した子どもで、保護者が同意した場合のみ掲載しています

子育て支援センターだより

11月の広場のお知らせ

あいあい広場（0歳） 11月 9日(木)
きらきら広場（1歳） 11月 2日(木)
のびのび広場（2・3歳） 11月 30日(木)
■申込／10月 2日(月) 9時 30分～

0歳は子育て支援センターでおもちゃ作り、
1歳と2・3歳はくっちゃん保育所ぬくぬく
で運動遊びをする予定です。

子育て講座「親子でクッキング」

○日 時：11月 10日(金) 10時～12時
○場 所：保健福祉会館
○メニュー：フルーツゼリー、野菜入りおやつ
※みんなで食べてから解散
○講 師：小屋畑栄養士・新田栄養士
○持ち物：三角巾、エプロン、飲み物（2人分）
○材料費：300円程度 ○対象：1歳6カ月から

子育て講座「しめ縄作り」

○日 時：11月 29日(水) 10時～11時 30分
○場 所：子育て支援センター ※託児あり
○講 師：フラワーショップブルジョン
田中めぐみ氏
○持ち物：飲み物（2人分）
○材料費：3500円
■いずれも申込／10月 10日(火) 9時 30分～

子育て支援センター（南3東5ぬくぬく内） ☎ 55 - 8355 FAX 55 - 8377

開所時間 9時 30分～12時、13時 30分～16時
休 所 日 日曜日、祝日

ワクチン接種で 自分の体を守りましょう！

インフルエンザ予防接種

重症化や合併症を予防できるため、ワクチン接種は重要です。
重症化すると、命に関わる肺炎・気管支炎・脳症・心筋炎などになることがあります。これらの予防に有効で、特に高齢者では、死亡や発症を減少させる効果があります。

○町の料金助成と対象の方

「満65歳以上の方」「満60～65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器機能に障害を有する方・ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能不全の方」は、1回接種。一部自己負担。
「生活保護世帯の方」は、13歳未満は2回、13歳以上は1回接種。事前手続きが必要で、自己負担はありません。

詳細は決まり次第、10月上旬折込予定の新聞チラシなどでお知らせします。5日(木)ころから、役場⑦番窓口でもご覧になれます。
町外での接種は、事前に窓口で手続きが必要のため、注意してください。

なお、料金助成対象外の方は、医療機関に直接お申込ください。

HPVワクチン接種

子宮頸がんなどを予防するHPV（ヒトパピローマウイルス）ワクチン接種は済みですか？

○副反応と子宮頸がんについて
副反応の問題がありました。副反応は必ずしもワクチンが原因ではないという見解が示されています。筋肉内注射に不安を抱く方もいますが、皮下注射に比べ発赤や腫脹などの局所反応が少なく、免疫効果も同等以上といわれます。

また、子宮頸がんは、日本で高度前がん状態を含めると3万人以上がかかり、3千人が死亡する病気。年々増加傾向にありますが、北海道は国内でワクチン接種率が最下位です。

HPVは子宮頸がんの他、喉頭がんや咽頭がんなど他のがんの原因になることもあります。

町の助成対象となる場合もありますので、希望される方は早めに問い合せてください。

☎ 福祉医療課保健指導係
☎ 22 - 1144

用意や準備をすること盛りだくさん！ 災害に備えましょう

9月は「災害に備えつつ知識を深めるため」として、防災月間とされています。

9月6日(水)には、全町敬老会が行われましたが、「防災」について考えるきっかけとなればと、今回のお土産品の中に、非常食の「アルファ米」を使用した赤飯と5年保存の飲料水を入れました。

ここ数年、世界中で災害が起きていて、日本も例外ではありません。高齢者、中でも要介護者や認知症の方は、避難場所での環境の変化やストレスによる症状悪化もあります。今回は自宅内避難の準備について紹介します。

○要介護者のための備蓄品
○缶詰やレトルトの介護食：食べ慣れているものに近いもの
○脱水症や誤嚥防止の飲料水、とろみ剤
○常備薬やお薬手帳：保険証や診察券など通院時に使うものと一緒にしておく
○おむつや拭きシート：ストレスで排せつバランスが崩れる場合もあるため、いつもより多めに用意すると良い。段ボール、

ビニール袋、おむつを用意すると簡易トイレが作れる

○マスクやアルコール消毒剤、口腔ケアグッズなど
○非常時の電源確保
○点検を習慣化／充電は常に満タにするよう心掛け、予備バッテリーやポータブル発電機などの準備があると安心

○停電時の使い方を確認／レンタル会社やメーカーに「非常時の対処法」を確認したり、取扱説明書のページをコピーしたりしておく
○点検を習慣化／充電は常に満タにするよう心掛け、予備バッテリーやポータブル発電機などの準備があると安心

準備をしている場合もあれば、介護者が不在の場合もあります。そのときのために、かかりつけ医や訪問看護師、ケアマネジャーや医療機器の取扱先など、緊急連絡先を一覧表にして持っておきましょう。相談などがあればご連絡ください。

☎ 福祉医療課保健指導係
☎ 23 - 0500