

# Healthy Life

健康推進課 ☎ (93) 4121  
FAX (93) 2422

## 11月の個別予防接種

体調が悪いときは無理せずに、元気になるまで受けてください。

なお、詳細は個別に通知します。

※契約医療機関への予約が必要です。

### ■ヒブ・小児用肺炎球菌

平成 27 年 9 月生まれ

### ■BCG・4種混合

平成 27 年 8 月生まれ

### ■MR (麻しん・風しん混合)・水痘

平成 26 年 10 月生まれ

### ■日本脳炎

平成 24 年 10 月生まれ

健康推進課予防班

## ストップ! ザ・むし歯

9月4日に行われた3歳児健診で、虫歯や治療済み歯のなかった子どもたちの紹介です。

石那田 龍 岸 美音  
岸波 優希 小林 美月  
今野 寧音 清水 凜  
常世田和篤 長谷川真優  
藤本 光獅 南坂 望羽  
宗像 葵 吉田 悠馬

<五十音順・敬称略>

## ベビーマッサージ&ママヨガ教室

赤ちゃんもお母さんも気持ちよく!

日程…11月27日(金)

時間…①午前9時30分～

②午前10時40分～

※兄弟姉妹と一緒に参加するときは、①に申し込んでください。

場所…保健センター

対象…初めてこの教室に参加する平成27年5月～7月生まれの乳児と保護者

講師…戸村恵理さん(助産師)

定員…各時間10組

費用…1組500円

持ち物…母子健康手帳、バスタオル

申込み…電話予約

健康推進課保健指導班

## もぐもぐごっくん

### 離乳食教室

離乳食の悩みが多くなる、離乳食中期の乳児の保護者を対象に、離乳食教室を行います。他のお母さんたちと話をしながら、勉強してみませんか?

日時…12月7日(月)

①午前10時～10時50分

②午前11時～11時50分

場所…保健センター

対象…離乳食が2回食になる頃の子  
どもと保護者  
内容…離乳食の量の確認、進め方、  
個別相談など  
持ち物…母子健康手帳、オムツなど  
費用…無料 定員…各回10組程度  
申込み…電話予約  
※託児所はありません。

健康推進課保健指導班

## 高齢者インフルエンザ 予防接種

対象…平成27年12月31日現在で65歳以上の人(対象者には9月下旬に予防接種の予診票を送付しています。)

※60～64歳の人で、心臓・腎臓、または、呼吸器機能に障害がある人、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害で医師が必要と認定した人も対象になりますので、申し出てください。

実施期間…12月31日(木)まで

実施場所…県内契約医療機関

費用…1,000円(生活保護世帯の人は受給証明書を持参してください。)

健康推進課予防班

## 大腸がん検診 (便潜血検査)

対象…市内在住の40歳以上の人

期間…11月30日(月)まで

申込方法…契約医療機関に、市内在住が証明できるもの(保険証や免許証)を持参して申し込み。その後、検査のために配布される容器を受け取り、家で便を2日分採った後に提出してください。なお、容器の受け渡しは家族の人でも可能です。

契約医療機関…

あづま醫院、黒須醫院、

すいかクリニック、龍岡クリニック、

戸村内科クリニック、中沢病院、

中原医院、にしだクリニック富里、

日吉台病院、みやび内科クリニック、

目黒クリニック、吉川医院

<五十音順>

費用…500円(生活保護世帯の人は受給証明書を持参してください。)

健康推進課予防班

## 女性向けロコモ予防講習会

ロコモティブシンドローム(運動器障害)予防のためには、運動習慣を取り入れることが大切です。家庭でもできる運動やストレッチの講習会を行います。

日時…12月15日(火)

午前10時～正午

場所…社会体育館2階

対象…市内在住の女性

定員…先着50人

持ち物…運動しやすい服装、体育館シューズ、タオル、水分

申込み…12月8日(火)までに電話予約

健康推進課予防班

Toshokan  
Net

とじょかんわつと

富里市立図書館

(90) 4646

(午前9時30分～午後5時15分)

https://www.library.tomisato.chiba.jp/

### 図書館カレンダー

開館時間…午前9時30分～午後6時

※金曜日は午後7時まで

…休館日 ★…映画会 ◆…おはなし会

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7 ◆
8	9	10	11 ★	12	13	14 ◆
15	16	17	18 ★	19	20	21 ◆
22	23	24	25	26	27	28 ◆
29	30					

### おはなし会

毎週土曜日午後2時から「おはなしのへや」で絵本や昔話を楽しむ会を行っています。(20分程度・4歳くらいから小学生)

こわ～い話や笑っちゃう話などとおきのおもしろい話をたくさんよういしてお待ちしています!

### 返却期限を守りましょう!

図書・雑誌・視聴覚資料の貸出期間は2週間です。

現在お手元にある資料の返却期限は過ぎていませんか?

図書館の資料は市民の大切な財産です。

より多くの皆さんに市立図書館を利用していただくために、祝日(11月は3日(火・文化の日、23日(月・勤労感謝の日))も開館します。

### 11月の映画会

■場所 図書館2階AVホール

■定員 各回とも先着80人

日 時	内 容
4日(水) 午後2時	ハローキティの郵便屋さんありがとう【80分】
18日(水) 午後2時	いわさきちひろ ～27歳の旅立ち～【96分】

※いずれも入場は先着順で、定員を超えた場合は入場を制限します。また、内容についてはやむを得ず変更することがあります。

図書館  
講演会

## はしれ! 移動図書館 ～本でよりそう復興支援～

本は非日常から日常へ戻るきっかけ。東日本大震災後に図書館が被災地で求められた訳とは? 講師の鎌倉さんの所属するシャンティ国際ボランティア会が現地でのどのような活動してきたのか、貴重な話を伺います。

■日時 11月29日(日)午後2時～4時

■場所 市立図書館2階AVホール

■講師 鎌倉幸子さん(シャンティ国際ボランティア会)

■費用 無料 ■定員 先着80人

■申込み 電話または図書館相談カウンターにて

■その他 混雑時は富里市役所駐車場を利用してください。

健康推進課 市立図書館 ☎ (90) 4646

## 平成28年成人式

成人式で新たな門出を祝い、懐かしい仲間や恩師との再会など、楽しいひとときを過ごしませんか?

■日時 平成28年1月10日(日)午前10時30分～

(受付 午前10時～)

■場所 中央公民館講堂

■対象 平成7年4月2日～平成8年4月1日に生まれた人

■その他 市内に住民登録されている人には、12月上旬に案内状を送付する予定です。また、市内に住民登録されていない人でも出席できます。市外の住所に案内状の送付を希望する人は連絡をお願いします。

健康推進課社会教育班 ☎ (93) 7641