

歩くことから始めませんか？

# にらさきいきいきウォーキング

参加無料！

今回のコースは円野町内5キロ

ウェルネスポイント対象事業です！

## 参加者募集

誰もが気軽にできるウォーキングを一緒に楽しみませんか？

今回は円野町内を約5キロを歩きます。また、当日はスポーツ推進委員より歩き方の指導、終了後には食生活改善推進員による健康食の試食があります。

なお、11月16日（土）、2020年3月7日（土）にも開催予定です。詳しくは広報でお知らせします。

■日時 5月25日（土）9時20分から（受付9時から）

■集合場所 つぶらの会館（円野町下円井1199-3）

■持ち物 汗ふきタオル、水分補給できる飲み物等

※参加費は無料です。（事前に申し込みが必要です。）

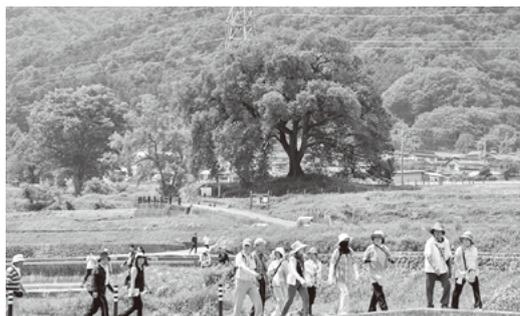
※ペットの同伴はご遠慮ください。

※悪天候の場合は葦崎市営体育館で健康講座や運動を行います。

※ウェルネスポイントについては広報4月号をご覧ください。

■申し込み・問い合わせ

健康づくり課 保健指導担当 ☎23-4310 ㊟23-4316



健康で安心して暮らすために

## 予防接種に関する重要なお知らせ

### 日本脳炎の予防接種

日本脳炎の予防接種は接種後に重い病気になるた事例があったことをきっかけに積極的な勧奨を差し控えています。その後新たなワクチンが開発され、現在では通常通り受けられるようになっていきます。

このため、平成11～18年度に生まれた方は、予防接種を受ける機会を逃していることがあります。母子健康手帳等をご確認いただき、接種を希望される方は、健康づくり課へお問い合わせください。

なお、今年度18歳となる方は、第2期の接種を逃している場合があります。市で接種歴が確認できない方については5月中旬にご案内を送らせていただきますので、ご確認ください。

また、通常、日本脳炎2期の対象となる方は9歳以上13歳未満の方です。今年度9歳になる方については、順次予約票を郵送していますので、1期が接種済みであるかを含

め母子健康手帳をご確認のうえ、接種をお願いします。公費接種期間や接種間隔等詳細については、健康づくり課へお問い合わせください。

### 子宮頸がん予防ワクチン

子宮頸がん予防ワクチンは、平成25年4月から定期接種化（対象は中学1年生相当から高校1年生相当の女子）されましたが、接種による副反応報告が寄せられたため、厚生労働省では現行のワクチン接種の積極的勧奨を行わないよう勧告しています。

接種を希望される場合は、ワクチンの有効性とリスクを十分ご理解いただき、医療機関にご相談のうえ、健康づくり課へお問い合わせください。

### 問い合わせ

健康づくり課 健康増進担当

（保健福祉センター内）

☎23・4310



歯と口の健康週間  
歯の無料健康相談



6月4日～10日の歯と口の健康週間に合わせて「歯の無料健康相談所」を開設します。歯科医師による健診・相談、無料フッ素塗布・洗口等、たくさんの方がご利用があります。子どもから大人まで、お気軽にご来場ください。

■日時 6月2日（日）

9時30分～12時30分

### 会場

市民交流センターニコリ  
1階オープンスペース他

### 問い合わせ

健康づくり課 健康増進担当  
（保健福祉センター内）

☎23・4310