

▶11月の各種健康相談の開設日

▼窓口リハビリ相談	
19日(木)母子健康センター	40歳以上が対象。作業療法士が運動や福祉用具などの相談に応じます。
▼窓口健康相談	
19日(木)母子健康センター	40歳以上が対象。保健師が健康に関する相談に応じます。
▼高齢者健康相談	
19日(木)南ヶ丘老人の家	65歳以上が対象。血圧測定と検尿の後、保健師が健康相談に応じます。
25日(水)有都福祉交流センター	
26日(木)八寿園	

※時間は午前9時30分～11時。有都福祉交流センターのみ午後1時30分～2時30分。
※窓口リハビリ相談は事前に健康推進課へ予約してください。

お知らせ

▶府山城北保健所難病相談

膠原病およびその疑いがある人やその家族が対象です。
日時 12月7日(月)午後1時～3時30分
場所 府山城北保健所(宇治市)
定員 先着6人
申込み 11月11日(水)から電話で府山城北保健所(☎0774-21-2911)へ

▶料理教室参加者募集

①お米を主食とした栄養料理教室②男性のための料理教室
日時 ①11月20日(金)②11月26日(木)いずれも午前10時～正午
場所 ①橋本公民館②八幡人権・交流センター(南ヶ丘隣保館)
定員 ①先着20人②先着30人(男性の市民)
献立 ①ひじき入り大豆ご飯、魚のキャロット焼き、汁物、サツマ芋のリンゴ煮②ミートローフ、ひじきの煮物、小松菜のワンタンスープ、チャイニーズロール
参加費 ①②とも500円
持ち物 エプロン、三角巾、布巾2～3枚、お手拭き、筆記用具など
申込み ①②とも11月16日(月)までに電話で健康推進課へ

▶薬物乱用は

「ダメ。ゼッタイ。」
薬物乱用の防止は薬物を乱用する一部の人の問題ではありません。大切なのは、乱用者以外の多数の人々によって薬物乱用は許さない社会環境づくりをすることです。自分だけは大丈夫と思って誤った知識を信じ込んで、薬物乱用を許してしまうかもしれません。いったん薬物乱用に走ってしまうと、中枢神経(脳)が侵され、その弊害が一生ついてまわります。自分の意志でやめられなくなってしまう「依存症」もあります。薬物乱用は1回でも「ダメ。ゼッタイ。」です。

高齢者季節性インフルエンザ予防接種

(新型インフルエンザの予防接種ではありません)

〈申込方法〉

① 市内指定医療機関で接種希望 自己負担1,000円(市民税課税世帯)	→ 直接医療機関へ(市への申込不要) (保険証または各種受給者証を持参)
② 市内指定医療機関で接種希望 無料(市民税非課税世帯・生活保護世帯)	→ 健康推進課へ申し込み
③ 他市の医療機関で接種希望	→ 健康推進課へ申し込み

※世帯とは、同じ住民票にのっている家族。

〈対象〉

- (1) 満65歳以上(接種日基準)
- (2) 満60歳～64歳で、身体障害者手帳内部障害1級と認定されている心臓・腎臓・呼吸器機能障がいのある人、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいのある人

〈費用〉1,000円(市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は免除申請により無料になります)
〈接種期間〉12月19日(土)まで

【②、③の人は事前に申し込みが必要です】
〈申込期間〉12月11日(金)まで(①の人は申込不要)
〈申込方法〉健康推進課の窓口へ来所または八幡市ホームページより「八幡市高齢者季節性インフルエンザ予防接種申込書」をダウンロードし、必要事項を記入して健康推進課へ(郵送可)。

八幡市高齢者季節性インフルエンザ予防接種指定医療機関

医療機関名	住所	電話番号	予約	医療機関名	住所	電話番号	予約
あさか内科医院	男山泉	468-3712	要	下野医院	八幡平谷	981-0030	要
市岡整形外科クリニック	男山泉	874-7617	要	立本内科小児科医院	橋本小金川	981-8818	不要
いばら木整形外科医院	八幡三本橋	983-5656	不要	たまがきあやこキッズクリニック	欽明台中央	205-1646	要
入江医院	男山長沢	983-1718	不要	となみクリニック	八幡樋ノ口	633-5565	不要
医療法人美杉会男山病院	男山泉	983-0001	要	中村診療所	八幡山柴	981-0510	要
大塚産婦人科医院	男山長沢	982-1866	要	にのゆ耳鼻咽喉科医院	八幡三本橋	981-8878	要
大森医院	橋本栗ヶ谷	971-0033	不要	みぎはし医院	男山竹園	981-0282	不要
長村内科医院	内里内	981-1023	要	道澤内科医院	男山美桜	983-2315	要
川上内科	欽明台中央	874-7538	要	みよし内科消化器科	八幡柿ヶ谷	981-6860	要
京都八幡病院	川口別所	971-2001	要	もりおか耳鼻咽喉科医院	男山金振	972-5733	要
工藤内科クリニック	橋本東原	982-0151	要	やすだこどもクリニック	欽明台西	971-1102	要
小糸医院	男山金振	983-5110	要	山下医院	橋本向山	982-2310	不要
里井医院	西山和気	983-2277	要	八幡中央病院	八幡五反田	983-0119	不要
しげまつ耳鼻咽喉科医院	男山長沢	981-8733	要	渡部医院	男山八望	982-2525	要

※例年よりワクチンの製造量が少ないため(80%程度)、上記指定医療機関においては、ワクチンの供給状況によっては予防接種を後日に延期する場合や、接種期間後半にワクチンが品切れとなった時は、中止する場合がありますをあらかじめご了承ください。

▶動脈硬化予防教室

内容・対象	日時	定員	講師	場所	持ち物	申込締切日
【医学編】 『血管を若々しく保つには』 対象：動脈硬化、高血圧・高脂血症・高血糖、生活習慣病について関心のある人	11月10日(火) 午後1時30分～3時30分	先着50人	となみクリニック院長 砺波博一さん	母子健康センター	・健康手帳 ・健診データ	11月6日(金)
【生活編】 『ついやってみたいくなるエクササイズ』 『思わず試したくなる食べ方改善』 対象：健康維持のための食生活や運動習慣に関心のある人	12月7日(月) 午前10時30分～午後2時30分 (昼食の試食あり)	先着30人	市栄養士健康運動実践指導者 山根光子さん	八幡人権・交流センター(南ヶ丘隣保館)	・健康手帳 ・運動のできる服装 ・上靴 ・普段使っている茶碗、箸	11月24日(火)

※生活編は、平成22年2月15日(月)にも同じ内容の教室を予定しています。都合のよい日に参加してください。

申し込みは、電話で健康推進課へ。健康手帳をお持ちでない人は、当日お渡しします。

献血 11月26日(木)

▽城南衛管沢清掃工場=午前10時～11時45分
▽京都八幡病院=午後1時30分～3時30分
輸血の安全性をより高めるため、400mlの献血にご協力をお願いします。

休日急診療所

☎983-3001
診療日 日曜日・祝日・年末年始
受付時間 午前11時30分～午後5時30分
(診療時間 正午～午後6時)
場所 八幡園内73-3(市役所北側)
診療科目 内科・小児科、歯科

小児救急医療

次の医療機関では休日・夜間に小児専門医が当直し、小児救急患者を診察します。
●宇治徳洲会病院(☎0774-20-1111)
月～金曜日(午後8時～翌日午前8時)
●田辺中央病院(☎0774-63-1111)
土曜日(午後8時～翌日午前8時)
日曜日(午前8時～翌日午前8時)
祝日(午前9時～翌日午前8時)

保健医療福祉

市役所への問い合わせは
☎983-1111(代)へ

保健

◆保健コーナーに関する問い合わせは、健康推進課へ(個別に問い合わせがあるものを除く)。

◎乳幼児健診や予防接種を受ける前に、あらかじめ質問票や予診票を記入してから会場までお越しください。

◎予防接種を受ける前に、冊子「予防接種と子どもの健康」をよくお読みください。

◎母子健康手帳を忘れずに持参ください。

乳幼児・児童

◎乳幼児健診の実施場所は母子健康センターです。

▶3カ月児健康診査



身体計測、内科診察、発達の確認と育児相談、離乳食のお話と栄養相談を行います。

日程・対象 ◎11月2日(月) = 平成21年6月21日~7月10日生◎11月24日(火) = 平成21年7月11日~7月31日生

受付時間 午後1時~2時
持ち物 母子健康手帳、「3カ月児健康診査質問票」

※次回は12月8日(火)です。

▶1歳6カ月児健康診査

身体計測、内科・歯科診察、歯のお話と歯磨き指導、発達の確認と育児相談、栄養相談・手作りおやつを試食を行います。

日程・対象 ◎11月6日(金) = 平成20年4月7日~4月27日生◎11月27日(金) = 平成20年4月28日~5月17日生

受付時間 午後1時~2時
持ち物 母子健康手帳、「1歳6カ月児健康診査質問票」、歯ブラシ

※次回は12月11日(金)です。

▶3歳児健康診査

3歳6カ月児を対象に、身体計測、尿・視力検査、内科・歯科診察、歯のお話と歯磨き指導、発達の確認と育児相談、食事のお話と栄養相談を行います。幼児期最後の総合的な健康診査ですので、お子さんのふだんの様子や体調を知っている人と一緒にお越しください。なお、対象者には通知します。

対象 平成18年5月生
日程 11月17日(火)、18日(水)
受付時間 午後1時~2時
持ち物 母子健康手帳、「3歳児健康診査質問票」、早朝尿(検査用)、歯ブラシ
※次回は12月15日(火)、16日(水)です。

▶育児健康相談

およそ10カ月児を対象に、身体計測、成長・発達の確認、育児相談、栄養・離乳食についての相談、保育によるふれあい遊びの紹介を行います。

対象 平成20年12月生
日程・場所
11月2日(月) 美濃山コミセン
11月4日(水) 指月児童センター
11月5日(木) 男山公民館
11月9日(月) 母子健康センター
11月10日(火) 橋本公民館
11月13日(金) 八幡入権・交流センター(南ヶ丘隣保館)

12月1日(火) 橋本公民館
12月2日(水) 指月児童センター
12月3日(木) 男山公民館
受付時間 午前9時30分~10時30分
持ち物 母子健康手帳、「10カ月児育児健康相談質問票」
※対象以外の乳幼児と保護者も身体計測や相談などの希望があれば、気軽にお越しください。なお、男山公民館には駐車場はありません。

予防接種

◎特に表記があるもの以外、実施場所は母子健康センターです。

▶BCG

生後6カ月未満の乳児が対象。直接BCG接種を行います。毎月1回実施します。

BCGは早期接種が大切です。他の予防接種よりも優先して接種してください。

日程 11月16日(月)
受付時間 午後1時20分~2時20分
※次回は12月18日(金)です。

※生後6カ月~1歳未満のお子さんで、医学的判断にて接種できなかった場合は健康推進課へ早めに相談してください。

<平成21年10月生>12月初めに「予診票」を郵送します。

▶三種混合、二種混合

○三種混合(ジフテリア、百日せき、破傷風)

対象 生後3カ月から7歳6カ月未満

1期初回=20日から56日(3~8週)の間隔をあけて3回接種

1期追加=1期初回接種(3回)終了後、12カ月~18カ月までに1回接種
接種方法 「予診票」を市内指定医療機関(かかりつけ医)に持参して接種を受けてください。

<平成21年10月生>12月初めに「予診票」を郵送します。転入等で「予診票」を持っていない人は健康推進課に連絡してください。「予診票」を郵送します。

○二種混合(ジフテリア、破傷風)

対象 11歳以上13歳未満に1回接種

接種方法 「予診票」を市内指定医療機関(かかりつけ医)に持参して接種を受けてください。

※接種時には保護者が必ずお連れください。

<平成10年11月生>12月初めに「予診票」を郵送します。

▶麻しん風しん混合(MR)

MRの予防接種はもうお済みですか?

2・3・4期対象の人が無料で接種できる期間は、平成22年3月31日までです。その期間を過ぎると有料となります。冬場はカゼなどで体調を崩しやすくなるため、早めに接種しましょう。

【1期】生後12カ月~生後24カ月未満に1回接種

<平成20年11月生の人>12月初めに「予診票」を郵送します。

【2期】保育園・幼稚園等の年長児相当(平成15年4月2日生~平成16年4月1日生)に1回接種

すでに「予診票」を郵送しています。

【3期】中学1年生相当(平成8年4月2日生~平成9年4月1日生)に1回接種

※市立中学校の生徒以外は、「予診票」を郵送しています。

【4期】高校3年生相当(平成3年4月2日生~平成4年4月1日生)に1回接種

すでに「予診票」を郵送しています。

接種方法 「予診票」を市内指定医療機関に持参して接種を受けてください。

転入等で「予診票」を持っていない人は健康推進課に連絡してください。「予診票」を郵送します。

▶日本脳炎

現在、日本脳炎予防接種については、予防接種法に基づき実施していますが、厚生労働省の通知により平成17年5月30日付けで積極的な勧奨を差し控えています。平成21年6月2日より新ワクチンでの接種が可能となりましたが、供給量の不足や安全性の確認等における観点から希望者のみ接種可能です。

接種希望者は、健康推進課へ相談してください。

▶経口生ポリオ

生後3カ月以上から満7歳6カ月未満(ワクチン投与日基準)の乳幼児を対象に、ポリオの予防接種(生ワクチンの経口投与)を行います。ポリオ予防接種は、対象年齢内に必ず2回を受けてください。投与は5月と11月に行っていますので、他の予防接種に無理のないように組み込んでください。

▽母子健康センター=4日(水)、13日(金)、19日(木)、26日(木)
▽男山公民館=10日(火)、20日(金)、25日(水)

※受付時間は、午後1時20分~2時20分。なお、男山公民館には駐車場はありません。

高齢者・成人

▶子宮がん検診

国の指針に基づき、2年に1回の受診となりました。平成20年度に受診した人は、今年度は申し込みできません。

20歳以上の女性(平成22年3月31日基準)を対象に、府下の指定医療機関で子宮がん検診を行います。

申込み 健康推進課備え付けの申込書またはハガキに「子宮がん検診申し込み」と、①住所②氏名③生年月日④満年齢⑤電話番号⑥府下の受診医療機関(市内か市外かのみ記入)を明記の上、平成22年1月29日(金)までに健康推進課へ郵送または持参ください。

費用 検診料は800円です(体部細胞診の検査が必要な人については従来の頸部細胞診の一部負担金800円に加え、別途一部負担金500円が必要)。ただし、①市民税非課税世帯の人および生活保護世帯の人②65歳~69歳で後期高齢者医療制度に加入している人③70歳以上の人には無料です。なお、①②に該当する人は事前に手続きが必要です。健康推進課に連絡ください(手続きをしないと無料となりませんのでご注意ください)。

※検診は、平成22年2月までに府下の医療機関で1回受診できます。

秋空の下 三川ふれあい交流イベント

歴史と自然と景観にふれ、三川合流域の魅力味わう「第4回淀川三川ふれあい交流」が10月17日、淀川河川公園背割堤地区で行われました。

淀川三川ふれあい交流実行委員会が主催。関係団体と連携し、交流活動の取り組みを進めるとともに、三川合流域から広く情報発信を行うことを目的に催されました。

演奏やダンスのほか、バードウォッチングやスタンプラリーなどの多彩なイベントが



太鼓の音にあわせ軽快なダンスを披露

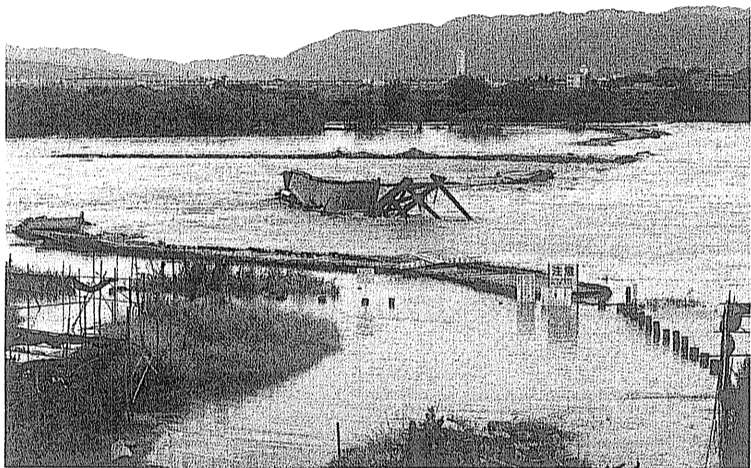
スタンプラリーなど多彩な催し

催され、家族連れで大いににぎわいました。

スタンプラリーは、八幡市や大山崎町などの名所を巡る3コースを用意。参加者は、自転車でサントリー山崎蒸溜所や宝積寺、松花堂美術館などを訪ねました。

またメイン会場では、竹笛や木の実をちりばめたプローチなどを作るクラフト教室や、自分でオールを漕ぎ、宇治川から枚方船着き場まで下るEボート体験など、秋のひとときを満喫しました。

増水した木津川の濁流に押し流される「流れ橋」(上津屋)



「流れ橋」流れる

台風18号で増水 悲鳴、あげ濁流に

10月8日、台風18号による木津川の増水で上津屋橋(通称・流れ橋)が流失しました。同橋が流れたのは平成16年8月5日の台風11号以来、今回で17回目。

「流れ橋」は、昭和28年3月に架設。長さ356m、幅3.3m。木造の橋では日本最長級といわれています。川の水位が橋板まで達

すると、橋脚を守るため、ワイヤロープでつながれた橋板と橋げたが、浮力により自然に外れて流れるという独特の構造をもちます。

午前11時50分ごろ、流れの速さに橋が耐えられず「ギシッ、ギギギギ〜」という悲鳴をあげ、濁流に押し流されました。

まちの話題

このページでは、市民の皆さんの活躍やまちの話題などを紹介しています。身近な話題や、広報紙についての意見を、秘書広報課 広報広聴係(078-922-1111)までお寄せください。

五穀豊穡を願う

野菜飾った神輿「わっしょい」

10月12日、上奈良地区の御園神社で、旬の野菜で飾り付けた「ずいき神輿」の巡行がありました。

「ずいき神輿」は、奈良時代にサトイモの茎(ズイキ)などの野菜を朝廷に献上していたことにちなんで作られたとされています。

屋根をズイキでふき、トウガラシやインゲン豆など、約30種の旬の野菜でカラフルに飾られた神輿。午前10

時半ごろ、地域の若者らの「わっしょい、わっしょい」という威勢のよい掛け声とともに、御旅所から同神社までをゆっくり練り歩きました。

神前に野菜などを祭り、祝詞があげられた後、本殿前の境内で、てんぐの面をつけた子どもや獅子舞姿の若者2人が登場。舞などの奉納に見物客から大きな歓声が上がりました。



威勢のよい掛け声とともに「ずいき神輿」を担ぐ若者

スポーツ通じ ふれあい深める

10月17日「第31回八幡市障がい者スポーツ大会」が、市民体育館で行われました。紅白に分かれパン食い競走や綱引きなど7種目が行われ、235人が参加し、スポーツの秋を楽しみました。

市と市教委が主催する同大会は、多くの市民がスポーツを通じ、共に楽しみ、ふれあいを深めることを目的としています。

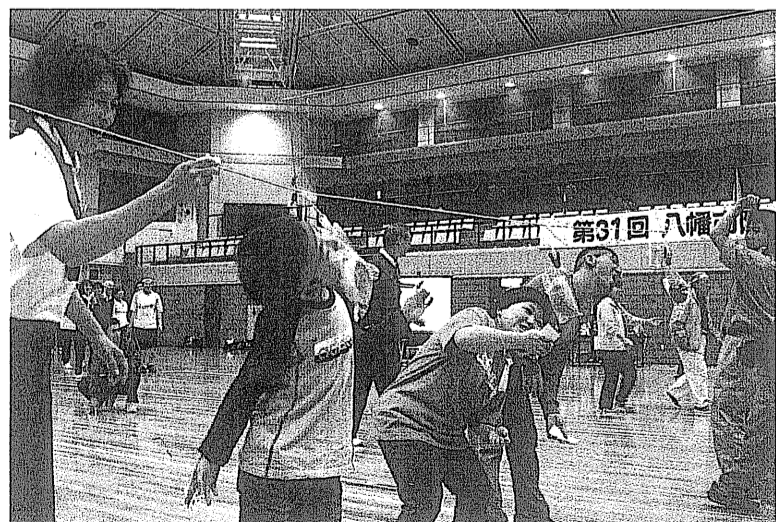
2人1組で風船を顔の間にはさんで走り、いすの上に置いた風船を、

ケツアツ競走など7種目

お尻で割る「ケツアツ競走」。ポリウムある風船に苦戦しながらも「パーン」と音が響くたび、大きな拍手と歓声が起こりました。

ほかにも、巨大なパンツに入って走る「デカパン競走」などのユニークな種目が行われ、競技者はさわやかな汗を流しました。

選手宣誓をした坂本全広さんは「緊張していましたが、無事に大役を果たせて、とても感動しました」と、笑顔で話しました。



声援を受けパン食い競走に挑む競技者