

こころに関する標語 入選作品決定

▼ポスター採用作品



「こころに関する標語」の募集をしたところ、計76点の応募があり、入選作品が決定しました。

入選作品の標語を入れたポスターやのぼり旗を作成し、3月の自殺対策強化月間から市内に掲示しています。

ポスターには、こころの悩み等に関する各相談窓口を記載してありますので、ご覧ください。

皆様のご応募ありがとうございました。



▲表彰を受ける土屋さん

▼入選標語および入選者

	標語	氏名(区)
最優秀賞	声かけて より添い守る 心の健康	土屋 幸枝さん (一本木)
優秀賞	朝・夕の 会話が結ぶ 家族の絆	小林利恵子さん (栗和田)
優秀賞	悩み事 一人で悩むな まず相談	山口 耕一さん (柳沢)
優秀賞	命は一つ あなたのだいじな人を悲しませないで	樋口 春雄さん (西町)

問い合わせ先 健康づくり課健康管理係（中野保健センター内） ☎（22）2111（内線242）

医療機関名	電話番号
アライクリニック	(24) 0601
飯田医院	(22) 2653
市川内科医院	(22) 3366
今井こども医院	(24) 7755
小田切医院	(22) 3054
くまき整形外科・リウマチ科クリニック	(23) 1301
高野医院	(22) 6810
佐藤病院	(38) 3311
須藤医院	(22) 3746
関整形外科	(22) 6170
徳竹医院	(22) 3202
西原医院	(22) 3007
長谷川クリニック	(26) 7700
広田医院	(22) 6661
北信総合病院	(22) 2151
丸谷医院	(26) 0077
南谷整形外科	(22) 7722
油井内科医院	(26) 1241
飯山赤十字病院	0269(62)4195
新生病院	026(247)2033
いいやま診療所	0269(67)0100
片塩医院	0269(62)2136

高齢者肺炎球菌ワクチン

接種費用の一部を助成しています

市では、肺炎球菌に起因する肺炎の発症および病気の重症化を防止し、高齢者の健康の保持増進を図るため、肺炎球菌ワクチン接種費用の一部を助成しています。

対象者
ワクチン接種を受ける年度内に75歳以上になる方で、過去5年以内に肺炎球菌ワクチン接種を受けたことがない方

助成金額
1回 3000円

注意事項
肺炎球菌ワクチンの予防接種

種は、任意の予防接種です。効果や副反応などを十分理解した上で、接種を受けてください。

また、再接種を行う場合には、その必要性を慎重に考慮して、前回の接種から十分な間隔（5年以上）を確保することが必要です。

詳しくは、左表の助成事業対応の医療機関にご相談ください。

問い合わせ先
健康づくり課健康管理係（中野保健センター内）
☎(22)2111（内線242）

なかのライフプラン21 (第2次) を策定しました



市では、国の「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針」の全面改正を受け、今後10年間の中野市健康づくり計画の策定(改定)を進めてきました。

この計画は、市民の皆さんが健康で心豊かに生活できる地域となるよう、生活習慣の改善を図り、疾病を予防する「一次予防」を重点にし、健康づくりの指針となるものです。

計画の概要

いきいきと健康で長生きできる健康寿命の延伸を図るため、若いときから疾病を予防する一次予防と合併症を予防する重症化予防を重視し、12の項目について具体的な目標・役割を設定して健康づくりを推進します。

パブリックコメントの募集結果

計画(案)に対するご意見を募集しましたが、ご意見の提出はありませんでした。

計画書の公表場所

○健康づくり課(中野保健センター内)

○市公式ホームページ

<http://www.city.nakano.nagano.jp>

問い合わせ先

健康づくり課保健医療推進係

(中野保健センター内)

☎(22)2111 (内線242)

「」注意!

風しんが流行しています

全国的に風しん患者の届出数が増加しています。風しんの流行と、赤ちゃんの先天性風しん症候群の発生を防ぐため、今まで風しんにかかったことがない方、予防接種を受けていない方、抗体が陽性であると確認できていない方は医療機関において任意での予防接種をご検討ください。

特に妊婦を守る観点から、

次の①から③に該当する方のうち、抗体価が十分でない方は積極的に予防接種を受けましょう。

- ① 妊婦の夫や子どもその他同居家族
- ② 10代後半から40代の女性(特に妊娠希望者または妊娠する可能性が高い方)
- ③ 産褥早期の女性



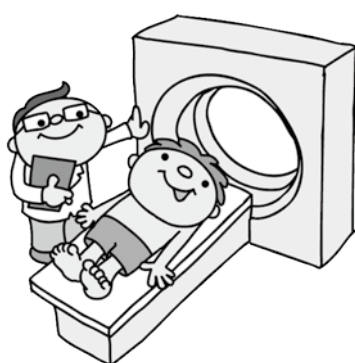
問い合わせ先
健康づくり課健康管理係(中野保健センター内)
☎(22)2111 (内線242)

結核・肺がん検診を受けましょう

本市では、がんの中でも肺がんによる死亡者数が多く、特に男性の場合は第1位です。肺がんを早期に見出すために検診は重要です。健診(検)診調査書兼申込書で受診を希望されなかった方についても、追加でお申し込みが可能ですので、この機会に積極的に受診しましょう。

また、本年度から始まった肺がん検診の胸部らせんCT検査についてもお申し込みいただけます。ご希望の方はお早めにお申し込みください。

検診の種類	対象年齢 (年度内の年齢)
結核・肺がん (胸部レントゲン)	40歳以上
肺がん (胸部らせんCT)	40歳、43歳、46歳、 49歳、52歳、55歳、 58歳、61歳、64歳



問い合わせ先
健康づくり課健康管理係(中野保健センター内)
(22)2111 (内線242)