

猛威をふるうインフルエンザ



現在、上十三地域でインフルエンザの感染が広がっています。インフルエンザに感染しない、させないために次のことを心がけましょう。

- ▶ 帰宅後はうがい・手洗いをする
- ▶ 人混みを避ける
- ▶ 室内は適度な温度と湿度を保つ
- ▶ マスクを着用する
- ▶ 栄養と睡眠を十分とる
- ▶ 予防接種を受ける

インフルエンザの感染が疑われる場合は、重症化予防のため早めに医療機関で受診しましょう。

花粉症に注意!

昨夏の猛暑の影響で、今年は花粉の飛散する量が多くなると予測されています。早めに対処することで軽く済むこともあります。

- ◆ 十分な睡眠と規則正しい生活を心がけましょう。
- ◆ 帽子やマスク、ツルツル素材のコートなどを着用し、花粉を防ぎましょう。
- ◆ 症状の悪化が予測されるかたは、早めに医療機関に相談しましょう。

母子手帳で予防接種の確認を!

受け忘れていた予防接種はありませんか。母子健康手帳を確認しましょう。まだ接種していない予防接種があるかたは、重症化予防のためにも期間内に予防接種を受けましょう。



予防接種の種類		接種対象年齢・期間	
BCG		生後3カ月～6カ月未満	
日本脳炎		3歳～4歳未満	
二種混合		11歳～13歳未満	
三種混合		生後3カ月～7歳6カ月未満	
ポリオ			
麻しん 風しん	第1期	1歳～2歳未満	
	第2期	来年度就学予定者	平成23年3月 31日まで
	第3期	年度末年齢13歳	
	第4期	年度末年齢18歳	

予診票を無くしたかた、予防接種の記録がないかたなどは市保健センターにご相談ください。
問健康推進課保健指導係 ☎ 6792

インフルエンザ予防接種費用の払い戻し手続きについて **問**健康推進課健康管理係 ☎ 6790

市民税非課税世帯・生活保護受給者のかたで、インフルエンザの予防接種料金を支払ったかたは費用の払い戻しができます。次のものを持参の上、市保健センターで手続きしてください。これから接種されるかたは証明書などを医療機関に持参してください。

- ① 市民税非課税世帯証明書または生活保護世帯を証明できるもの
- ② 予防接種済証
- ③ 領収書
- ④ 接種者本人または保護者の通帳
- ⑤ 印鑑
- ⑥ 手続きされるかたの身元証明書（運転免許証など）



※手続きは3月31日をもって終了します。4月1日以降の手続きはできませんのでご注意ください。医療機関によっては対象にならない場合もありますので市保健センターにお問い合わせください。

【有料広告欄】 市の広告媒体に広告掲載を希望する事業者は「広告パートナー」の登録をお願いします。申し込み先▶総務課行政文書係 ☎ 6701

環境宣言

環境対応型印刷の取組みについて


私たちは環境に優しい会社、製品作りのために

- ・エネルギーの節減
- ・リサイクルの促進
- ・揮発性有機化合物の発生低減
- ・環境整備
- ・デジタル化の促進
- ・5S(整理、整頓、清掃、清潔、躰)の促進

など様々な取組みを通じ資源の節減、CO₂の削減に取り組んでおります。

営業目

パンフレット、チラシ、記念誌、自分誌、アルバム冊子、学校新聞、広報、伝票類、封筒、カレンダーポスター、名刺、ハガキ、シール




GREEN PRINTING JPFI

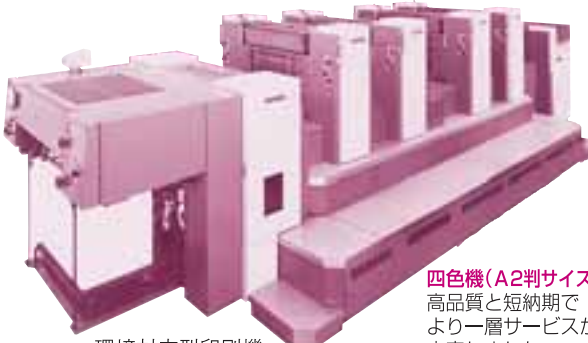
F-B10142

当社工場は、環境に配慮した工場としてグリーンプリンティング認定を受けています。


登録番号 第10-0010号



地球にやさしい青森県推進事業所



環境対応型印刷機



企画とデザインで明日を創る株式会社

青森県十和田市東4番町1の41

代表取締役 米田 博美

☎ 0176(23)3060

FAX 0176(22)2845