



マスク着用が3月13日から個人の判断に

これまで、マスクの着用は屋外では原則不要、屋内では原則着用となっていました。3月13日以降は、つける・つけないは一人ひとりが判断することが基本となりました。

マスク着脱を強いることは出来ませんが、高齢者など重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、厚生労働省より、下記の場面でのマスクの着用が推奨されています。



医療機関を受診する時



重症化リスクの高い方が多く
入院・生活する医療機関や
高齢者施設などへ訪問する時



混雑したバスや電車に
乗車する時

症状がある方、新型コロナウイルス感染症の検査で陽性となった方及び、同居する家族に陽性となった方がいる方は、外出を控えてください。通院などでやむを得ず外出する時には、人混みを避け、マスクを着用しましょう。

また、マスク着用の見直し後も、基本的な感染対策は変わりません。

手洗いなどの手指衛生、換気、三密の回避、人と人との距離の確保を行きましょう。



令和5年度 各予防接種対象者の方へ

- 麻しん風しんⅡ期…年長児
- 二種混合…小学6年生
- 日本脳炎Ⅱ期…9歳、高校3年生
- 子宮頸がん予防ワクチン…小学6年生～高校1年生の女子
平成9年度～平成18年度生の女子（未接種者）
- 高齢者肺炎球菌…65,70,75,80,85,90,95歳に達する方（未接種者）
- 風しん5期…昭和37年4月2日生から昭和54年4月1日生の男性（未検査者）



対象者の方へ4月上旬に通知をお送りいたしますので、接種期間を各自ご確認の上、お受けいただきますようご案内いたします。



4月の事業案内



事業名	日	時間	場所	対象
乳幼児身体測定 妊婦・育児相談	14 (金)	10:00~11:00	子育て支援 センター	お子さんをお持ちの方 どなたでもどうぞ
人間ドック	19 (水)	健診案内を ご確認ください	最上検診センター	肘折・金山の予約者 (男性・女性)
ヘルシーティース 事業	20 (木)	8:45~9:15 (受付時間)	中央公民館	1~4月生の 1歳から4歳になるまでの児
人間ドック	24 (月)	健診案内を ご確認ください	最上検診センター	肘折・金山・鍵金野の予約者 (男性・女性)
人間ドック	25 (火)	6:10 (開場時間)	大蔵村中央公民館	肘折・鍵金野・合海 の予約者(男性)
定期健康相談	26 (水)	9:00~9:30	中央公民館 1階和室	どなたでもどうぞ

4年ぶりに健康のつどいを開催



3月5日(日)に第40回健康のつどいを開催いたしました。

感染対策として申込制、椅子席のみで開催いたしました。当日は約200人の方にお越しいただき、盛況に終えることができました。

「桃太郎の人生数え唄」と題した高橋英樹さんの講演では、「何を食べてもおいしい、おいしいものをおいしく食べられたら健康」、「どんな趣味でもいいから趣味を作ってそこから仲間を作る。仲間が元気でいてくれると自分も元気でいられる。仲間を大切に。」「元気は「気」、どんな時でも笑う。」といった、これからの生活で取り入れていけるようなお話を、楽しく聞かせていただきました。

また、高橋さんのこれからの夢として、「役者としてあと千人斬りたい。そのために体を鍛えている。」というお話がありました。今年79歳になられたとのことでしたが、いくつになっても夢を持って生活していることで、年齢よりも若く、生き生きとした様子だったのが印象的でした。

アンケートより

- *久しぶりの健康のつどい大変良かったです。とても楽しい講演でした。
- *ひできさんの笑いがよかったです。楽しかった。大いに笑わせてもらいました。
- *久しぶりに多くの村民の方々の顔を見る機会になり、うれしく思います。
- *たいへん充実した内容でした。元気をもらいありがとうございました。



この他にもたくさんの感想・ご意見をいただきました。これからの健康のつどいに活かしていきたいと思っております。

来年も健康のつどいを開催する予定です。皆様のご参加をお待ちしています。