

地域型認知症予防プログラムののご案内 ～元気で長生きするために楽しく認知症予防をしてみませんか～

最近の研究では、認知症は予防できる可能性があることがわかってきました。

認知症予防のコツは、認知症になりかけの時に落ちる脳の3つの機能(①エピソード記憶②注意分割力③計画力)を鍛えることです。これを仲間と一緒に楽しみながら活動するのがこの地域型認知症予防プログラムの特徴です。

プログラムでは、『ウォーキング』や『今までに作ったことのない新しい料理を考え、実際に作ってみる』『旅行の情報を調べ、旅程を立て、実際に旅行する』等の活動をグループで行います。
住み慣れた大島でいつまでも元気に暮らすためにもぜひ参加してみませんか。

- 実施期間／10月～平成20年1月 毎週火曜日
午後1時30分～3時30分
- 対象者／町内在住の65歳～79歳の方
※週1回、4か月間プログラムに参加可能な方
- 実施場所および内容／
・久賀健康管理センター
「ウォーキングと旅行」
・しまとびあスカイセンター
「しまとびあスカイセンター
「ウォーキングと料理」



- ・東和総合センター
「ウォーキングと旅行」
・たちばなケアプラザ
「ウォーキングと料理」
- ※プログラム開始前(9月)に脳の健康チェック、ウォーキング測定を実施します。
- ※4か月間は活動を支援するファシリテーターが付きますが、その後は自主グループとして活動します。
- 参加費／
無料(ただし材料費等実費徴収)
- 募集人数／各会場 先着10名
※参加人数により場所・内容等が変更することがあるかも知れません。ご了承ください。
- 参加申込み方法／
健康増進課(☎77・5504)に
電話でお申込みください。
- 募集締め切り／8月31日(金)
- 問い合わせ／
健康増進課☎77・5504

平成19年度 秋季のポリオワクチン投与日程のご案内

秋季のポリオワクチン投与を行います。平成19年度からポリオワクチン投与のご案内は個別には行っていません。広報で日程の確認を行い、投与を受けてください。

- 対象／生後3か月から生後90か月未満で、2回投与が終了していないお子さん
- ※接種歴については、母子健康手帳でご確認ください。
- 持ってくるもの／
○予防票(1回目と2回目があるため確認し、記入漏れがないようにお願いします。)
- 母子健康手帳

- 注意事項／
・冊子「予防接種と子どもの健康」を必ず読んで、投与を受けてください。
- ・ポリオワクチンの投与を受ける方は、前回の予防接種から、不活化ワクチン接種の場合6日以上、生ワクチン接種の場合27日以上の間隔が必要です。

- ・ポリオワクチンの投与日に注意して、他の予防接種を計画的に受けてください。
- ・ひどい下痢をしている場合は、ワクチンの効果が弱まりますので、延期してください。
- ・流行性の疾患(麻疹・風しん・水痘・おたふくかぜ・突発性発疹等)に罹患した場合、事前に主治医にご相談ください。
- ・投与後30分間は会場でお子さんの様子を観察してください。(急な副反応が、この間に起こることがあります。)

- 問い合わせ／健康増進課☎77・5504
- 平成19年度のポリオワクチンの投与は今回が最後です。次回は、平成20年春になります。

◆会場および日程(受付時間 13:30～14:00)

実施日	会場	対象地区	対象者
9月28日(金)	東和総合センター	東和	H12.3.30～H19.6.29生まれ
10月5日(金)	東和総合センター	橘	H12.4.7～H19.7.6生まれ
10月12日(金)	しまとびあスカイセンター	大島	H12.4.14～H19.7.13生まれ
10月19日(金)	しまとびあスカイセンター	久賀	H12.4.21～H19.7.20生まれ

※地区ごとに日程が決まっていますが、都合の悪い方は、その他の会場でも接種することができます。他の会場での接種を希望される方は、ワクチンの準備がありますので、必ず健康増進課までご連絡ください。