

健康
ひと目メモ
No. 300

高齢者の
予防接種を受けよう！
インフルエンザ

昨年11月より、65歳以上の高齢者の方は一部公費負担でインフルエンザ予防接種が受けられるようになりました。この制度を利用して、昨年度は全国の高齢者4人に1人が接種を受けています。

近年インフルエンザの治療も進んでいますが、ワクチンで予防することが最も有効な手段であることに変わりはありません。高齢者は重症化しやすいので、かかりつけの医師とよく相談して、接種を受けることをお勧めします。

予防接種の効果や副反応

65歳以上の高齢者に対して行った調査では、インフルエンザにかかった人の34%、55%は、予防接種を受けていればインフルエンザにかからず済み、インフルエンザにかかって死亡した人の82%は、予防接種を受けていれば死亡せずにすんだと報告されています。

す。このように完全な予防は無理ですが、重症化の予防には明らかに効果が認められています。

一般的に副反応は軽微で、接種した場所が腫れて痛くなったり、発熱や倦怠感などがまれに起こることがありますが、数日でよくなくなります。また、我が国での予防接種による死亡事故は、2500万接種あたり1件と報告されています。

予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでには2週間ほどかかり、その効果が十分に持続する期間は約5か月間とされています。より有効性を高めるためには、インフルエンザが流行する前の12月中旬までに接種を受けておく必要があります。

予防接種ができない高齢者も…

予防接種法改正と同時に出されたガイドラインには「対象者の意

思確認が最終的にできない場合は、予防接種法に基づいた接種を行うことはできない」と記載されています。つまり重度の痴呆や意識障害がある場合は、一部公費負担での接種はできないということです。しかし本来このような高齢者こそ予防接種が必要であり、今後の法改正が期待されます。

諏訪のどこでも接種できます

今年度からは住所地以外でも諏訪地域内の実施医療機関でした

11月の休日緊急当番医・薬局

3 (日)	小野(内科) 医院 長地柴宮1 28-2776	長地中央薬局 長地柴宮1 26-2522
4 (月)	向山内科 医院 塚間町1 23-6272	南信堂 薬局 中央町3 22-2955
10 (日)	つるみね共立診療所 川岸上1 22-6680	高市 薬局 川岸上3 22-0781
17 (日)	今井整形 外科 長地権現町3 28-9933	御子柴 薬局 長地源2 27-7056
23 (土)	藤森(外科) 医院 本町1 22-2281	ファミリー 薬局 天竜町3 24-1801
24 (日)	祐愛 病院 南宮2 23-0222	小坂 薬局 田中町1 22-8069

※緊急時の医療問い合わせ…休日・夜間緊急医案内サービス
☎フリーダイヤル0120-890-422
受付は原則として午前9時～正午です。

11月の歯科医院休日当番 (岡谷下諏訪歯科医師会)

- 3日(日)…小口歯科第2クリニック(長地権現町2・☎28-2883)
- 4日(月)…笠原歯科医院(本町4・☎22-2837)
- 10日(日)…はつお歯科クリニック(赤羽3・☎23-8345)
- 17日(日)…たちばな歯科医院(若宮1・☎22-1228)
- 23日(土)…早出歯科医院(長地出早3・☎28-0024)
- 24日(日)…栗田歯科医院(本町3・☎24-5756)

※診療は午前中のみ。保険証・老人手帳を必ずお持ちください。

ら、どこでも接種を受けることができるようになりました。対象者は、接種を希望する①満65歳以上の方、②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器に障害がある(法に定める)方です。接種期間は本年の12月25日まで、自己負担金は1000円です。希望する実施医療機関に予約をして、積極的に接種を受けてください。(医師会)

乳幼児健康診査

区分	期 日		該 当 児
3～4か月児	20日(水)	27日(水)	14年7月生まれ
9～10か月児	19日(火)	26日(火)	14年1月生まれ

- ▷ 受付…午後1時～2時
- ▷ 地区割…19、20日は今井、小井川、長地地区
26、27日は上記地区以外
- ▷ 持ち物…母子手帳、バスタオル、おたずね用紙

すくすく学級〈離乳食の教室〉

〈中 期〉

- ▷ 日 時…21日(木) 午前9時50分集合
- ▷ 該当者…平成14年4～5月生まれ
- ▷ 持ち物…母子手帳、タオル、赤ちゃん用スプーン

健康相談 (一般の方を対象)

- ▷ 日 時…18日(月) 午前9時～11時30分

育児相談

- ▷ 日 時…18日(月) 午前9時30分～11時

まちの保健室

◇ロマネット (健康相談)

日 時…15日(金) 午後1時～3時30分
場 所…2階休憩室

「追加健康診査」のお知らせ

追加健康診査を実施しますので、今年度まだ受診していない方は是非受診してください。

【セット検診】 受付時間/午前8:30～午前9:00

(基本健康診査・肝炎ウイルス検査・胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・喀痰検査)

期 日	会 場	期 日	会 場
12月1日(日)	保健センター	12月6日(金)	長地支所
4日(水)	湊支所	10日(火)	保健センター
5日(木)	川岸支所	11日(水)	保健センター

※肝炎ウイルス検査について、節目年齢以外で、過去に肝機能障害を指摘されたことのある方なども受診できますのであわせて申し込みください。

【乳がん検診】 受付時間/午後1:00～午後2:00

期 日	会 場	期 日	会 場
11月25日(月)	保健センター	11月26日(火)	保健センター

電話、E-mailまたは4月に配布した申込用紙で申し込みください。

申込期限 11月15日(金)

申込み・問合せ 市健康推進課

内線1183 E-mail ho@city.okaya.nagano.jp

■パパ・ママ教室 (参加目安一妊娠5～7か月位)

〈2回目〉

▷ 日 時…8日(金) 午後1時15分～3時30分

▷ 内 容…妊娠中の健康、座談会など

▷ 持ち物…母子手帳、筆記用具、テキスト

〈3回目〉

▷ 日 時…22日(木) 午後1時15分～3時30分

▷ 内 容…おふろの入れ方、赤ちゃんの健康管理など

▷ 持ち物…母子手帳、筆記用具、テキスト

レジオネラ症について

レジオネラ症ってなに？

レジオネラ属菌によって引き起こされる感染症で、症状によってレジオネラ肺炎とポンティアック熱に分けられます。レジオネラ症はヒトからヒトへの感染はありません。

レジオネラ肺炎

主な症状は肺炎、高熱、悪寒(寒気)、筋肉痛、吐き気、意識障害などで、潜伏期間は2～10日です。

ポンティアック熱

発熱、頭痛、筋肉痛など風邪に似ており、潜伏期間1～2日です。

レジオネラ症はどのように感染するの？

レジオネラ症は、レジオネラ属菌を含んだ細かい水滴(エアロゾルといいます)や土ほりなどを吸い込んで、肺まで達することにより感染します。浴槽内では泡風呂、打たせ湯などで発生したエアロゾルが感染源になると考えられます。浴槽から立ち上がる“ゆげ”の中にはレジオネラ属菌はいません。レジオネラ属菌を含んだ水を飲んでも感染しません。

レジオネラ症にかかりやすいヒトは？

幼児や高齢者、あるいは入院患者など体力、免疫力の低下しているヒトがかかりやすいといわれています。レジオネラ属菌は発見当初、病原性が強いのではないかと考えられていましたが、最近ではそうでなく健康なヒトが発症するのはまれだということがわかってきました。

◆詳しくは、市健康推進課(☎23-6141)または 諏訪保健所保健予防課(☎57-2927)までお問い合わせください。

健康福祉施設 ロマネット から

ロマネットでは、塩素による滅菌を行い、定期的な検査を実施しており、設備の管理についても意を配っておりますのでレジオネラ菌は検出されておられません。今後とも一層施設の良好な管理に努めてまいります。

11月の相談

岡谷市役所 ☎23-4811

相談事項	日時	場所	相談事項	日時	場所
消費生活相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	環境安全課	教育相談 (少年愛護センター)	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 小・中・高校生、青年の悩みも相談	教育相談室 (庁舎1階) 直通 ☎22-1500
無料法律相談 (予約制)	19日(火)午後1時～午後5時 ※12月分予約:11/20～受付開始	環境安全課	中小企業 経営技術相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	テクノプラザおかや ☎21-7000
行政相談	13日(水) 午後2時～午後5時	環境安全課	発明相談	14日(木) 午後1時～午後4時	テクノプラザおかや ☎21-7000
無料 交通事故相談	13日(水)午前10時～午後4時 ※予約制。早めにお申し込みを	環境安全課	高齢者 職業相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後4時	庁舎内同相談室 直通 ☎22-2687
総合福祉相談	毎週火・水・木曜日 午前9時～午後4時	福祉相談室	農地相談 (予約制)	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	農業委員会室
心配ごと相談	毎週月・金曜日 午前10時～午後4時	福祉相談室	在宅介護支援 センター	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 月曜日～土曜日(祝祭日を除く) 午前8時30分～午後5時	市立岡谷病院 ☎23-8700 ウェルハートおかや ☎28-0778
ふれあい おしゃべり電話	月曜日～金曜日 午後1時～午後4時	福祉相談室	こころの健康相談 (完全予約制)	6日(水)午前9時～午後1時 26日(火)午後1時～5時	健康推進課 ☎23-6141
家庭介護相談	木曜日 午後1時～午後4時	福祉相談室	税務相談	27日(水) 午前10時～午後3時	庁舎602会議室 (庁舎6階)
家庭・児童 母子相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時	児童福祉課			
ことばの相談	月曜日 午前9時30分～午後2時30分	児童福祉課 (ことばの教室)			

11月の水道修理当番店

日	当番店	電話	日	当番店	電話
1	大一工業	28-1115	16	上條電設工業	23-5330
2	水道建設	23-2662	17	大一工業	28-1115
3	松沢工業	27-7642	18	丸竹下島商店	22-2406
4	イワナミ	22-2222	19	十和設備	24-0182
5	林鉄工設備	23-3197	20	〃	〃
6	〃	〃	21	藤森水道	27-7289
7	オスガ設備	27-6622	22	〃	〃
8	〃	〃	23	林鉄工設備	23-3197
9	岡谷酸素	22-7609	24	オスガ設備	27-6622
10	信和設備	22-3302	25	シンニチ設備	22-1365
11	浜パイピング	23-6885	26	〃	〃
12	〃	〃	27	ミヤサカ管工	22-9615
13	旭設備	23-3764	28	〃	〃
14	〃	〃	29	三善工業	23-3446
15	丸竹下島商店	22-2406	30	浜パイピング	23-6885

土・日・祭日を除き、水道事業協同組合事務局でも受け付けます
受付時間…午前9時～午後4時 ☎23-8511

介護保険Q&A

【高齢者保健福祉に関するアンケート調査より】



(質問)

介護保険を活用したいのですが、制度の内容がわかりません。説明会などを開催する予定はありますか。



(回答)

毎月上旬に、65歳になる方を対象に介護保険の説明会を行っていますが、対象者以外の方もお気軽にご参加ください。
なお、今月は11月8日に市保健センターで開催する予定です。また、市では「出前講座」も実施しています。お電話などでお申し込み頂ければ、市の職員が直接説明にお伺いします。資料等をご希望の方には、介護保険に関するパンフレット「介護保険なんでも読本」などもありますので、介護福祉課までお問い合わせください。

※詳しくは、市介護福祉課 (内線1281～1284)

FAX 22-8492

Eメール kaigo@city.okaya.nagano.jp

10/12

第16回楽楽市が大盛況

秋晴れの下、恒例の楽楽市が市役所イベント広場で開催されました。市内商店・大型店の大特売、新鮮野菜の青空市、姉妹都市の物産コーナーなど、大勢のお客さんでにぎわっていました。



10/13

諏訪湖周一斉清掃

『みんなの力で諏訪湖をきれいに』を合言葉に、秋の一斉清掃として、早朝の諏訪湖周へ大勢のみなさんが集まりゴミを拾いました。同時に、アレチウリの駆除も行われました。



カ

メ

ラ

10/14

ファミリーフェスティバル 2002秋 開催

今年で3年目になるファミリーフェスティバルが、市民総合体育館と男女共同参画センターで開催され、約3500名の親子などが参加し様々なイベントやゲームを楽しみました。



▲岡谷小3年生の「TAKEのっ子の舞」



▲自作ロボット競技



▲バボチャンアタック

10/20

スカイライン フェスティバル開催

鳥居平やまびこ公園のプリンス&スカイライン・ミュージアムで行われ、雨にもかかわらず全国各地からスカイラインファンが大勢つめかけました。歴代スカイライン開発者の櫻井眞一郎氏がトークショーを行い、またビッグレースで活躍中のレースクイーンが初来場にぎわいました。



10/25

第22回 岡谷ふるさとまつり

東京都新宿区の日本青年館に岡谷市出身者約150人が集まり、岡谷の特産品販売やそば打ち体験、そして岡谷太鼓の演奏を聞く中、歓談とともに“ふるさと岡谷”を満喫していました。



リ
ポ
ー
ト

10/26

大盛況!! みなとむらまつり

明治7年10月22日、小坂村と花岡村が合併して湊村が出来たことから「みなとの日」をこの日に設け、今年初めて湊地区区民総参加で湊小学校にて開催されました。会場の野菜の特売のブースなどは子どもからお年寄りまでにぎわっていました。



10/27

観楓会 なごやかに

出早神社のちょうど見ごろの紅葉の中、岡谷市と下諏訪町の関係者約200人が集まり、交流・友好を深めました。また、横川区長持ち保存会による長持ち、同育成会の子どもによる笠踊りが彩りを添えました。



中央町再開発ビルの愛称

イルフ プラザ に決定!!



中央町再開発ビルの愛称募集については、締め切りまでに110通の応募がありました。
10月15日(火)に市民のみなさんによる愛称選定委員会(委員15名)を開催し、市内在住の小池喜美世さんと溝口慎治さん応募の「イルフプラザ」に決定いたしました。
今後、中央町再開発ビルの名前は、この愛称を使用してまいりますので、よろしくお願いいたします。

広報 **おかや** No. 1177
平成14年11月1日号

毎月1日・15日発行

*

- 旧林家住宅重文指定 … 2～3
- 平成13年度決算 … 4～7
- 第2次行政改革 … 8～9
- 秋の火災予防運動・くらしと市税 … 10～11
- 国民年金 … 12～13
- 水のかかわら版 … 14～15
- 生涯学習おかや … 16～19
- 社協だより … 20～23
- みんなのページ … 24～25
- おしらせ … 26～30、36
- 保健日程等 … 31～32
- 今月の相談等 … 33
- カメラレポート … 34～35

*

発行・編集

岡谷市役所 企画部 地域振興課
〒394-8510 長野県岡谷市幸町8番1号
☎0266-23-4811
FAX0266-23-5022 (広報直通)
岡谷市ホームページアドレス
<http://www.city.okaya.nagano.jp/>

*

印刷 中央印刷株式会社

岡谷市の人口のうごき (平成14年9月1日現在)
人口…55,866人 (男27,386人・女28,480人)
世帯数…19,800世帯

岡谷市

収穫祭・くだもの共進会

岡谷市農業振興連絡協議会では、「岡谷市収穫祭・くだもの共進会」を開催します。みなさんのご来場をお待ちしています。

日時 **11月9日(土)** 午前10時～午後0時30分

場所 諏訪湖農業協同組合・田中線センター

内容

▷くだもの共進会

[展示・予約] 午前10時～11時

[引渡し] 午前11時～

▷催し物コーナー (各コーナーとも数に限りがあります)

午前10時～午後0時30分

(農産物即売) りんご、野菜、花、しいたけ等

(試食) 米、五平餅

(無料配布) 豚汁、甘酒、おしるこ

(うなぎの蒲焼販売)

(フリーマーケット)

問合せ 市農林水産課 (内線1236)、諏訪湖農協田中線センター (☎24-3206) まで。

