

Health 保健だより

☎水沢保健センター(☎③4511)、江刺総合支所健康増進課(☎③2111)、前沢総合支所健康福祉課(☎④3501)、健康増進フラザ悠悠館(☎④2977)、衣川総合支所健康福祉課☎(⑤23800)

●インフルエンザの症状
インフルエンザは、患者のせきやくしゃみと一緒に出了たウイルスを、ほかの人が吸い込むことで感染します。かぜと似たような症状ですが、38度以上の高熱が続くほか、頭痛や関節痛などの全身症状が強く表れるのが特徴です。場合によっては、気管支炎や肺炎、子どもでは中耳炎や熱性けいれんなどを併発し、重症化することもあります。いったん流行が始まると、短期間に乳幼児から高齢者まで膨大な数の人を巻き込み、冬季の高齢者の死亡率が高くなる点から、特に注意が必要です。

●もし感染してしまったら
前に述べたような症状が表れたらインフルエンザを疑ってください。単なるかぜだと軽く考えずに、早めに医療機関で医師の診察を受けることが大切です。

エイズ相談・H I V即日検査

日本では今もなお、H I V感染者やエイズ患者が増え続けています。県内でも毎年わずかずつですが、感染者や患者が増加しています。ほとんどの人は「エイズなんて関係ない」と思うかもしれませんが、知らない誰かとどこかでつながっている可能性も十分に考えられます。奥州保健所では12月1日の世界エイズデーにあわせて、即日検査を行います。プライバシーは守られますので、この機会に検査を受けてみませんか。

- 日時…12月8日国午後2時～6時
- 会場…奥州保健所2階
- 検査方法…腕から9ccの血液を採取。結果は30分以内にお知らせできます
- 検査料…無料
- その他…事前に予約が必要です。そのほか後日判定結果が出る通常検査も毎月行っています(11頁参照)
- 問い合わせ・申込先 奥州保健所(☎②2861)

STOP AIDS



インフルエンザはウイルスによって引き起こされる感染症です。日本では、初冬から春先に流行し、毎年多くの人が感染しています。特にことは例年よりも早く流行する兆しが見られます。感染を防ぐためにも、インフルエンザをよく理解し、予防法や対処法を学びましょう。

●予防のポイント
インフルエンザの感染を防ぐ基本となるのは、流行前に医療機関で予防接種を受けることです。市は、65歳以上の高齢者を対象に予防接種を行っています。対象者には事前に通知書を送っていますので、説明書をよくお読みの上、来年の1月31日までに接種してください。そのほかに次の5つの項目が予防策として挙げられます。

- ①人ごみを避ける
- ②外出時にマスクを着用
- ③室内を適度な湿度に保つ
- ④十分な栄養・休息をとる
- ⑤外出後のうがい・手洗い

■問い合わせ 各総合支所予防接種担当課
早めに治療し、体を休めることは、自分の体を守るだけでなく、ほかの人への感染を防ぐことにもつながります。自分の健康はもちろん、身近な人の健康を守るためにも早めの対処を心掛けましょう。

大腸がん検診未使用容器の返却を

本年度の市の大腸がん検診は11月で終了しました。大腸がん検診を申し込み、受検しなかった人で未使用の採便容器(緑色の袋)をお持ちの方は、お住まいの地区の検診担当課へ早めに返却してください。

☎各総合支所成人検診担当課



例年より早く流行の兆しも――

早めの予防接種でインフルエンザを防ごう



元 気 酒
(渡邊 修)

こころちゃん
(井口真紀) ※江刺区玉里出身

俺 の 彼
(島田洋七)

ラッセルとクリスマスのまほう
(ロブ・スコットン)

今月の新着図書

■水沢図書館

- 一般…使ってみたい武士の日本語(野火迅)、十二の嘘と十二の真実(あさのあつこ)、おしゃれなデコレーションピーズ(瀬戸まり子)ほか
- 児童…しっぽ! (竹下文子)、ヴォイス(ル・グウィン)、今日からは、あなたの盲導犬(日野多香子)、お皿のボタン(たかどのほうこ)ほか

■江刺図書館

- 一般…島の夜(木村紅美)、幸せさがし(鎌田寛)、陰陽屋へようこそ(天野頌子)、新十戒(シドニィ・シエルダン)、駅神(図子慧)ほか
- 児童…ぼく、カギをのんじゃった!(ジャック・ギャントス)、ハクチョウ(竹田津実)、給食番長(よしながこうたく)、封印の娘(香月日輪)ほか

■前沢図書館

- 一般…大量破壊兵器(大量破壊兵器委員会)、月明り(北原亜以子)、未来予想図(志羽竜一)、俺の圧力鍋、うまいっ!(検見崎聡美)ほか
- 児童…とおいまちのこ(ちばちかこ)、いっぱいくっ(せきゆうこ)、1ねん1くみ1ばんくいしんぼう(後藤竜二)、人形は月夜にほほえむ(斉藤洋)ほか

■胆沢図書館

- 一般…楽園にようこそ(高橋克彦)、日曜農園(松井雪子)、厨房ガール!(井上尚登)、愛に似たもの(唯川恵)ほか
- 児童…本の妖精リブロン(末吉曉子)、よにもふしぎな本をたべるおとこのこのはなし(オリヴァー・ジェファース)、そんなこともあるかもね(マージョリー・ブライスマン)ほか

12月の催し物・展示など (◆…企画展など、★…子ども向けイベント)

■水沢図書館

- ★紙しばいと絵本の読みきかせ…22日国14:00～ ◆水沢分室★子どものくにお楽しみ会…8日国14:00～ ◆南分室★紙しばいと絵本の読みきかせ…15日国14:00～ ◆常盤分室★ときわ子ども図書館クリスマス会…15日国13:30～

■江刺図書館

- ◆クリスマスに読みたい本特集…1日国～25日国 ◆特集～2007年をふり返って…1日国～27日国 ◆企画展「世界遺産登録を目指して～平泉文化遺産展～」…

- 1日国～14日国 ★お話びっくり箱…9日国11:00～正午 ★冬休み親子映画会…22日国10:30～11:30(おとし穴ほか)

■前沢図書館

- ◆本の世界でサンタに会おう…23日国まで ★クリスマス映画会…15日国10:30～ ★子育てサークルP I P P I…14日国10:00～

■胆沢図書館

- ◆企画展第10弾「あの感動をもう一度! 映画化・ドラマ化された本展 Part Ⅲ」…20日国～28日国

■水沢図書館と胆沢図書館の臨時休館について■

図書館システムの更新作業のため、水沢図書館と胆沢図書館は12月1日国から19日国まで休館します。この期間中は資料の閲覧・貸出のほか、水沢図書館ホームページの利用やK I O S K端末での資料検索もできません。

今回のシステム更新により利用券が両図書館共通のも

のに変わります。新利用券は12月20日から両館で交付しますので、現在の利用券を忘れずにお持ちください。新規登録や更新の手続きには従来どおり身分証明書が必要です。

大変ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

●12月の休館日

水沢…1日国～19日国, 23日国, 24日国, 28日国～31日国 (各分室…1日国～19日国, 23日国, 24日国, 28日国～31日国)
江刺…3日国, 10日国, 17日国, 23日国, 24日国, 28日国～31日国 前沢…3日国, 10日国, 17日国, 24日国, 28日国～31日国
胆沢…1日国～19日国, 24日国, 29日国～31日国 衣川…3日国, 10日国, 17日国, 24日国, 29日国～31日国

Library 図書館だより

☎水沢図書館(☎②3080)、江刺図書館(☎③2111)、前沢図書館(☎③6781)、胆沢図書館(☎④2133)、衣川公民館図書室(セミナーハウス ☎⑤3900)
No. 21 (2007.11) = 8

