

Health 保健だより



水沢保健センター(☎④4511)、江刺総合支所健康増進課(☎⑤2111)、前沢総合支所健康福祉課(☎④3501)、健康増進プラザ悠悠館(☎④2977)、衣川総合支所健康福祉課☎(⑤3800)

冬に流行する理由
インフルエンザが冬に流行するのは、次のような理由が考えられます。
①寒さや乾燥で、鼻や喉の防御機能が低下する
②低温・低温でウイルスの感

風邪とインフルエンザの違い
インフルエンザは38度以上の高熱が突然現れ、頭痛、筋肉や関節の痛み、だるさなどの全身的な症状を伴い、風邪よりもはるかに重く感じられることが特徴です。

「流行」にはならないで。予防がたいせつ 高齢者のインフルエンザ予防接種を実施します

インフルエンザは、患者のせきやくしゃみからインフルエンザウイルスに感染して起こる病気です。感染力が強いため、幼稚園や保育園、学校などで爆発的に流行するのから予防接種で免疫をつけておくことで、予防と症状を軽減することができま

染力が持続される
③大勢が室内に集まり、ウイルスが充満する
インフルエンザ予防接種
市は、65歳以上の人を対象としてインフルエンザ予防接種を実施します。対象となる人には通知しますが、この予防接種は義務ではありません。送付される通知書の説明をよく読み、必要性や副反応についてご理解のうえ、予防接

種を受けてください。
■対象 昭和21年12月30日以前に生まれた人※期間中に65歳の誕生日を迎える人は、誕生日以降に受けてください。
■実施期間 11月1日(金)～12月30日(金)
■実施場所 市内指定医療機関(通知書に記載)
■接種費用 1500円※生



イイ歯デーテレホン相談

■実施日 11月8日(金)
■実施時間 午前10時～午後7時
※回答は午後7時以降になりません
■相談内容 歯やお口に関する悩みについて何でも結構です
■相談料 無料
■相談先 県保険医協会歯科部会(☎019-651-7341)



11月 成人健(検)診日程

●水沢区
【大腸がん検診】(9:00～11:30)
1日(金) 水沢保健センター
●前沢区
【大腸がん検診】(9:00～11:30)
29日(金) 前沢健康管理総合センター
●胆沢区
【胃・大腸がん検診】(6:30～9:00)
5日(金)・6日(土) 健康増進プラザ悠悠館
【大腸がん検診】(9:00～11:30)
29日(金) 健康増進プラザ悠悠館
【乳がん検診】(9:30～10:30、13:00～14:00)
27日(木) 健康増進プラザ悠悠館
●衣川区
【乳がん検診】(9:30～10:30、13:00～14:00)
29日(金) 衣川保健福祉センター
●全区対象
【成人歯科健康診査(要予約)】
12月まで 市内指定医療機関
【子宮がん検診(個別)】
24年2月まで 市内指定産婦人科医療機関



【水沢】「盗まれた世界の名画」美術館 (サイモン・フーフト)
【江刺】はじめてのいけばな (日本華道社)
【前沢】名画で遊ぶあそびじゅつ! (エリザベト・ド・ランビリー)
【胆沢】どんぐりむらのばんやさん (なかやみわ)
【衣川】「君に働いて欲しいと言わせる仕事術」(河上多恵子)

注目の新着図書

■水沢図書館 ●一般…ユネスコ世界遺産平泉と奥州藤原四代のひみつ(『歴史読本』編集部)、居場所の社会学(阿部真大)、睡眠の病気(内山真)
●児童…名画で遊ぶあそびじゅつ!(エリザベト・ド・ランビリー)、ダンダンドンドンかいだんおぼけ(角野栄子)、おどるカツオバシ(森絵都)
■江刺図書館 ●一般…東北のアルバム～ふるさとの記憶～(小野幹)、峠うどん物語(重松清)、活火山活断層赤色立体地図でみる日本の凸凹(千葉達朗)
●児童…親子のための地震イツモノート～キモ子の防災マニュアル～(地震イツモプロジェクト)、イフー王国の秘密(アナ・アロンソほか)、しりとりレストラン(山本直孝)
■前沢図書館 ●一般…向田邦子の陽射し(太田光)、

やっぱり肉が好き(小林ケンタロウ)、輪あみのかんたんニット(日本ヴォーグ社)
●児童…タラリタレリラ(エマヌエラ・ブッソーティ)、わんぱくだんのどんぐりまつり(ゆきのゆみこ)、14歳の人生練習ドリル(菅原亜樹子)
■胆沢図書館 ●一般…古地図で歩く天皇と宮家のお屋敷(平凡社)、モフモフ家族(松原卓二)、あの実況がすごかった(伊藤滋之)
●児童…13歳からのテロ問題(加藤朗)、ジュニア世代の骨盤力(手塚一志)、丘の木ものがたり(森山京)
■衣川公民館図書室 ●一般…日本はなぜ世界でいちばん人気があるのか(竹田恒泰)
●児童…おもいでをなくしたおばあちゃん(ジャック・ドレセン・アンヌバスターダイン)

◎11月の催し物など

(♠…企画展 ◆…一般向け ★…子ども向け)
■水沢図書館 ♠企画展「昭和史前期：戦争の時代」…20日(金)まで ★紙しばいと絵本のよみきかせ…12日(日)14:00 ◆南分室 ★紙しばいと絵本のよみきかせ…19日(日)14:00 ★親子で映画を見る会…26日(日)14:00
■江刺図書館 ♠企画展「文学賞受賞図書展」…6日(日)まで ◆秋の特別映画会…10日(日)14:00 ★お話しづくり箱…13日(日)10:30～11:00 ♠NHK大河ドラマ江刺ロケ10作品記念企画展「思い出の大河ドラマ『炎立つ』から『龍馬伝』まで」…17日(日)～12月4日(日) ◆江戸学講座第7講(全10回)…24日(日)13:30～15:00
■前沢図書館 ★おはなし広場…12日(日)10:30～11:00
■胆沢図書館 ♠企画展「胆沢もったいない市」…13日(日)まで ♠企画展「図書館活用塾」…12月18日(日)まで ★おはなしこんにちはおまつりスペシャル…13日(日)10:30 ★テーマ展「クリスマスを楽しむ本展」…15日(日)～12月25日(日) ★乳児と子育て家族の読書支援事業「赤ちゃん絵本であそぼ!」…27日(日)10:30

◎移動図書館の巡回日程【11月】

【水沢区】16日(日)…真城(北上野、幅下、真城が丘)、17日(日)…福原・山崎町・姉体町(寺ノ西、北余目)・中上野町、24日(日)…真城(迎畑)・上姉体・姉体町(宿)・桜川・内匠田・赤土田、30日(日)…樺町・佐倉河(松堂)
【江刺区】1日(日)…愛宕、4日(日)…田原、8日(日)…稲瀬・東中・江尻センター、11日(日)…藤里、15日(日)…伊手、18日(日)…米里・玉里、25日(日)…梁川・玉里、29日(日)…広瀬
【前沢区】9日(日)…上野原小、上野原分館、18日(日)…母体小、生母公民館、赤生津分館
【胆沢区】16日(日)…南都田、20日(日)…東堀切、22日(日)…西堀切・愛宕、26日(日)…出店・二の台
【衣川区】15日(日)…衣里小・衣川セミナーハウス

●11月の休館日

水沢、江刺、前沢、胆沢図書館…3日(祝)、7日(日)、14日(日)、21日(日)、23日(祝)、28日(日)
(水沢3分室…上記に加え6日(日)、13日(日)、20日(日)、27日(日))
衣川図書室…3日(祝)、23日(祝)

Library 図書館だより

水沢図書館(☎④3080)、江刺図書館(☎⑤2111)、前沢図書館(☎⑤6781)、胆沢図書館(☎④2133)、衣川公民館図書室(セミナーハウス ☎⑤3900)