募る

応急手当普通救命講習

◇東消防署・防災センター（☎ 65・0119）…1月18日（火）18時～21時◇西消防署（☎ 77・0119）…1月20日（木）9時～12時。いずれも先着30人。無料。申し込みは、実施日の1週間前までに電話で各消防署へ。

新春経済講演会

1月27日（木）13時30分～15時30分、商工観光センター。浜矩子・同志社大大学院ビジネス研究科教授による講演「2011年日本経済のゆくえ」。先着330人。無料。商工会議所との共催。申し込みは、所定の用紙（同会議所などに備え付け）に必要事項を記入し郵送（〒625-0036 市内字浜66）かファクス、同会議所窓口へ持参。ホームページ（http://www.kyo.or.jp/maizuru/）からもOK。問同会議所（☎ 62・4600、FAX 62・4933）

その他

工業統計調査にご協力を

日本の製造業の実態を明らかにする「工業統計調査」を実施。対象は製造業を営んでいるすべての事業所。1月中旬から調査員証を携帯した調査員が記入のお願いのため訪問します。ご協力をお願いします。問総務課（☎ 66・1044）

保健センター 1月の日程
☎ 65・0065

会場名の記載がない催しは保健センターで開催。申し込みは、特に指定がない場合は同センターへ。協力医療機関についてのお問い合わせも同センターへ。

▶▶▶ 健康診査 ◀◀◀

【乳幼児】3か月・10か月・1歳6か月・3歳児健診…該当者には通知。対象、日程は保健センターか携帯ホームページで。

【成人】◆個別健診＝市内の実施医療機関◇子宮がん検診…1月31日（月）まで。対象は20歳以上の女性。◇乳がん検診…2月28日（月）まで。対象は40歳以上の女性。◇歯周疾患検診…2月28日まで。対象は平成23年3月31日現在で40・50・60・70歳。子宮がん・乳がん検診は2年に1回のため21年度に受診した人は23年度に受診を。いずれも申し込みは、電話で保健センターへ。期間中に実施医療機関での直接受診も可（要予約）。

▶▶▶ 予防接種 ◀◀◀

対象などは保健センターか携帯ホームページで。転入や紛失などで予診票がない人は、同センターへ連絡を。

◆個別接種＝市内の協力医療機関　◇乳幼児（BCG、三種混合1期、麻しん風しん（MR）1期・2期、日本脳炎1期）◇児童（日本脳炎2期、三種混合2期）◇生徒（麻しん風しん（MR）3期・4期）…いずれも該当者には通知。※麻しん風しん（MR）2期・3期・4期の予防接種は、平成23年3月31日（木）を過ぎると公費負担を受けることができません。早めの接種をお勧めします。

▶▶▶ 教室・相談 ◀◀◀

【歯っぴースマイル教室（2歳児むし歯予防教室）】13日（木）9時～11時15分。歯の話や歯科健診、フッ素塗布。◇2歳6か月児（平成20年4月1日～7月25日生まれ）…先着20人◇2歳児（平成20年10月1日～21年1月19日生まれ）…先着30人。いずれも参加費300円。各1回のみ参加可。申し込みは、前日までに電話で。

【健やか育児相談】17日（月）9時30分～11時。育児の悩みや歯・食事の相談、身体計測など。対象は乳幼児の保護者。無料。申し込み不要。

【心の健康相談室】24日（月）11時～15時45分。子育ての悩みや人間関係、仕事のストレスなどの相談にカウンセラーが応じる。先着3人。無料。申し込みは、4日（火）～21日（金）に電話で。

【離乳食教室】28日（金）14時～16時。離乳食の話と試食。対象は6～11か月児の保護者。先着15人。無料。対象児のみ託児あり。申し込みは4日から電話で。

✷ インフルエンザに注意 ✷

かからない、うつさないために

インフルエンザは、くしゃみや咳（せき）、唾（つば）などの飛沫と一緒に出たウイルスを、のどや鼻から吸い込むことによって感染します。また飛沫が付着したものを触った手を介して口や目、鼻の粘膜から感染する場合もあります。次の点に注意しましょう。

【かからないために】◇外出するときは人混みをなるべく避ける◇帰宅したら手洗いとうがいをする◇十分な睡眠・栄養をとり、体調を整える◇室内を適度な温度と湿度に保つ。

【うつさないために】◇発熱・咳・くしゃみなどの症状がある場合はマスクを着用するなど「咳エチケット」を徹底する◇なるべく外出を避ける。

予防接種はお早めに

インフルエンザの予防接種の補助は1月15日（土）で終了。早めの接種をお勧めします。予防接種を受ける場合は、協力医療機関への予約が必要。

《市民税非課税世帯と生活保護世帯は無料》平成22年度の市民税非課税世帯と生活保護世帯の人は無料で予防接種を受けることができます。事前に保健センターか保険医療課、西支所保健福祉係で申請をしてください。65歳以上は個別に送付した返信用はがきで保健センターへ申請を。

《高齢者の接種費用を補助》高齢者は自己負担1,000円で受けることができます（接種は1回のみ）。対象は自分の意思で接種を希望し、接種日に65歳以上か60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害（身体障害者1級か同程度）がある人。

1月のカレンダー

納　期

◆固定資産税　4期分（1月31日）
◆後期高齢者医療保険料　7期分（1月31日）
◆国民健康保険料、介護保険料　8期分（1月31日）

休日・夜間の水道修理

◆東地域…東田設備（☎ 66・0458）
◆西地域…足立管工業（☎ 75・4140）
※19時以降は市役所（☎ 62・2300）か西支所（☎ 75・2250）へ。
※献血日程は下記事参照。

休日・土曜日の救急・急病診療

診療日	診療時間	内科	外科
1日（土）	9時から	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）	
2日（日）	9時から	舞鶴赤十字病院（☎ 75・4175）	
3日（月）	9時から	舞鶴共済病院（☎ 62・2510）	
8日（土）	開業医の診療終了後から	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）	
9日（日）	9時～19時	舞鶴市民病院（☎ 62・2630）	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）
	19時から	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）	
10日（月）	9時から	舞鶴共済病院（☎ 62・2510）	
15日（土）	開業医の診療終了後から	舞鶴赤十字病院（☎ 75・4175）	
16日（日）	9時～19時	舞鶴市民病院（☎ 62・2630）	舞鶴赤十字病院（☎ 75・4175）
	19時から	舞鶴赤十字病院（☎ 75・4175）	
22日（土）	開業医の診療終了後から	舞鶴共済病院（☎ 62・2510）	
23日（日）	9時～19時	舞鶴市民病院（☎ 62・2630）	舞鶴共済病院（☎ 62・2510）
	19時から	舞鶴共済病院（☎ 62・2510）	
29日（土）	開業医の診療終了後から	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）	
30日（日）	9時～19時	舞鶴市民病院（☎ 62・2630）	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）
	19時から	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）	

※受診はできる限り昼間の時間帯にお願いします。舞鶴市民病院では、入院を必要とする重い症状の場合、必要に応じて二次医療機関を紹介。

休日の小児科一次診療

日曜日・祝日・年始の小児科一次診療について、下表の当番病院で小児科医による診療を実施しています。

診療日	診療時間	小児科一次診療
1日（土）	9時～18時 ※受け付けは17時30分まで	舞鶴医療センター（☎ 62・2680）
2日（日）		舞鶴赤十字病院（☎ 75・4175）
3日（月）		舞鶴共済病院（☎ 62・2510）
9日（日）		舞鶴医療センター（☎ 62・2680）
10日（月）		舞鶴共済病院（☎ 62・2510）
16日（日）		舞鶴赤十字病院（☎ 75・4175）
23日（日）		舞鶴共済病院（☎ 62・2510）
30日（日）		舞鶴医療センター（☎ 62・2680）

▶ 軽症などの緊急を要しない症状の場合は、できる限り平日の診療時間内にかかりつけ医での受診を ◀

多くの皆さんのご協力を はたちの献血キャンペーン

1月・2月は「はたちの献血」キャンペーン月間。

《舞鶴市100人献血を実施》1月11日（火）9時30分～11時30分と12時30分～15時30分。市役所で「はたちの献血キャンペーン・舞鶴市100人献血」を実施。新成人を中心に広く献血への協力を呼び掛けています。

《その他の献血日程》◇1月5日（水）9時30分～11時30分と12時30分～15時30分、中丹広域振興局◇1月18日（火）9時30分～11時30分と12時30分～15時30分、フクヤ白鳥店◇1月21日（金）9時30分～11時30分と12時30分～15時30分、舞鶴港湾合同庁舎◇1月25日（火）13時30分～15時30分、市役所◇1月26日（水）9時30分～11時15分と12時15分～15時30分、ポリテクカレッジ京都。

いずれも400ミリリットル献血のみ。骨髄バンクドナー登録会も開催。

日本脳炎の予防接種

日本脳炎の予防接種については、平成17年5月に国からの勧告を受け、市では積極的な接種のお勧めを差し控えていましたが、1期（3歳以上7歳6か月未満）の予防接種が受けられなかった人（9歳以上13歳未満）に対しての国の特例的な対応として、乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン（新ワクチン）の接種が可能となりました。今年度対象の人（10歳以上13歳未満）には予診票を送付します（9歳の人には4月以降送付予定）。接種できる回数などは下表のとおり。

また、1期の特例的な対応の実施に伴い、2期の接種についても1期接種（3回）後の10歳以上13歳未満の間で接種できるようになりました。

1期の接種できる回数と間隔（特例措置）

1期の接種履歴（平成22年3月末現在）	接種できる回数（9歳以上13歳未満）	接種間隔
0回	3回	2回目：1回目接種後、6～28日の間隔をあけて接種 3回目：2回目接種後、おおむね1年後の間隔をあけて接種
1回	2回	3回目：2回目接種後、6日以上の間隔をあけて接種
2回	1回	いつでも接種可能

編集室メモ　あけましておめでとうございます。以前は毎日のようにスポーツをしていましたが、今はほとんどしていません。健康？ストレス解消？のため、今年からもう一度チャレンジ！（S.F）。昨年は、広報紙作り一色で内容の濃い1年でした。今年は、「心に響く1面写真」を目標に頑張ります。今年もよろしくお願いします（Y.T）。