

保健衛生だより

6月の行事

※日本脳炎予防接種

6月13日、20日

時間—午後1時～2時(時間厳守)

対象—満3歳～15歳までの人(学校・保育所

の児童はそれぞれの施設で実施します

※大人は対象となりませんので、ご注意ください。

※手数料は当日いただきますので、おつりの
いらないようお願いします。

今年初めて受ける人=2回

毎年受けている人=1回

手数料=1回 450円 2回 900円

※3歳児検診

6月17日 受付時間—午後1時～1時20分

対象—52年5月生まれと6月生まれの人

※麻疹(はしか)予防接種

6月19日 時間—午後1時～2時(時間厳守)

6月26日 19日に都合の悪い人、時間は同上

対象—生後18か月～36か月未満の人

1回だけ受ければよろしいです。

※百日咳破傷風予防接種

6月25日 時間—午後1時～2時(時間厳守)

対象—生後24か月～48か月になるまでの人で

◎第一期の2回目あるいは3回目を受ける人

(今回初めて受ける人は対象となりません)

◎第二期(第一期の3回目を受けてから12か

月～18か月になるまでの間に1回接種を受

ける)を受ける人

※第一期、第二期とも48か月までに受けて下

※母親学級

6月27日 受付時間—午前9時～9時15分

携行品—母子手帳、筆記用具、歯ぶらし、風呂敷

主食(パンかご飯) 副食は用意しま

す。受講料=250円

7月の行事

※乳児検診

7月15日 受付時間—午後1時～1時20分

対象—54年9月生まれと10月生まれの人

※1歳6か月児検診

7月22日 受付時間—午後1時～1時20分

対象—53年12月生まれと54年1月生まれの人

※幼児相談

7月25日 受付時間—午前9時40分～10時 12時終了

対象—1歳6か月児と3歳児

内容—幼児のしつけ、むし歯、栄養指導及び

おやつを試食

※母親学級

7月30日 受付時間—午前9時～9時15分

携行品—母子手帳、筆記用具、主食(パンか

ご飯) 副食は用意します。

受講料=250円

※会場いづれも黒埼町公民館です。

ゲートボール大会

参加チーム募集!

軽スポーツとして、最近ゲートボールが全国的に盛ん
になってきました。老若男女を問わず手軽にできるゲー
トボール大会に隣り近所さそい合ってご参加下さい。

1. 主催……黒埼町教育委員会
2. 日時……6月29日(日) 午前9時～12時半
3. 会場……総合体育館わきグラウンド
4. 参加資格……黒埼町民の成人
5. 競技方法……トーナメント戦 1試合30分。但し、
参加チーム数が6チーム以内の場合は
リーグ戦
6. チーム編成……1チーム5名(補欠数名)
7. 申込……6月25日まで教育委員会へ (7)5211
8. その他……●くつをはくこと
●日照り場合は帽子を忘れないこと

家庭の医療

目の疲れ

▼目の酷使は禁物▲

目のふちがビリビリ痛いか、
目がかすむとか、急に視力が衰え
たりする場合は、専門医の診察を
受け、原因をつきとめて治療する
ことが大切です。原因としては目
の使いすぎによることもあり、ま
た、睡眠不足や心身の疲れがた
つている場合もあります。
長時間、目を酷使している人は
目を閉じて、時々休憩をとります
よう。また目が疲れたときは、む
しタオルで目を湿布することも手
軽で無難な方法です。夜は早く床
につき睡眠を十分とりましょう。

▼休養と気分転換を▲

通勤ラッシュや遅刻をしまいと
するあせり、仕事や勉強への不安
心身の緊張や圧迫・刺激など、
新しい環境に慣れないために起き
るストレスで、頭痛をともなう目
の疲労が起きることがあります。
休養をとると同時に、趣味や軽い
運動で気分転換をはかりましょう。
リラクセスした状態を保って、神
経をもみほぐすのです。

▼めがねの再調整を▲

近視や乱視、老眼などが進み、
めがねが合わなくなっているため
に疲れるケースも少なくあります。
専門医の診察を受けましょう。

第19回町民大運動会

第19回町民親善大運
動会が、次により開催
されます。家族そろっ
て楽しい1日を過しま
しょう。

●とき…6月15日(日)

午前9時30分開会

●ところ…木場小学校グラウンド

[注] 雨天の場合 6月29日

総合体育館臨時休館

この運動会開催の
ため、6月15日は臨
時休館となりますの
で、ご了承ください。