

# 保健センターだより

令和3年8月発行

第63号

編集と発行  
白河市中心保健センター（健康増進課）

〒961-0054 白河市北中川原 313  
電話 0248-27-2112 FAX0248-24-5525

【市ホームページ】

<http://www.city.shirakawa.fukushima.jp/>

【電子メール】

[kenkozoshin@city.shirakawa.fukushima.jp](mailto:kenkozoshin@city.shirakawa.fukushima.jp)

## 福島県まん延防止等重点措置等について

県内の急激な感染拡大により、病床使用率の上昇等、医療提供体制のひっ迫が深刻となっています。これ以上の感染拡大を防止するため、県では、8月5日に新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づき、以下の重点的な対策を行うことが決定しました。県民の皆様、事業者等の皆様のご協力をお願いします。

### 県民の皆様へ感染対策のお願い

**基本的な感染対策を徹底しましょう！**

外出・会話時はマスク  
こまめな手洗い・消毒  
窓を開けるなどこまめに換気  
人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）取りましょう

新型コロナウイルスの**変異株**が猛威をふるっています！

感染拡大地域との**往来を控えましょう！**

五輪観戦はテレビで。いつも一緒にいる人と

**医療機関に早めの相談・受診をお願いします！**  
発熱や体のだるさ、味やにおいがしないなどの症状がある場合には、かかりつけ医や近くの医療機関に**まずは電話でご相談ください。**  
かかりつけ医がない場合はこちら → **受診・相談センター（24時間対応）0120-567-747**

令和3年8月 福島県新型コロナウイルス感染症対策本部

## 総合健診（集団検診）10月実施分の予約について

総合健診10月実施分の予約が9月8日(水)から始まります。

検診期間	10月12日(火)から10月16日(土)までの5日間
検診受付時間	午前7時30分から10時(受付時間はこちらで指定します)
検診場所	中央保健センター

右記 QR コードから WEB 予約が可能です。また電話や中央保健センター窓口での予約もできます。詳細は「令和3年度市民検診のお知らせ 保存版」をご覧ください。予約電話番号：27-2150または27-2112  
予約受付時間：午前8時30分から午後5時まで



## ～子宮頸がん予防接種のお知らせ～

子宮頸がんワクチンは定期予防接種として、小学6年生～高校1年生相当年齢の女子は無料で受けることができます。現在、積極的な勧奨を差し控えていますが、無料接種の期間が高校1年生相当年齢の年度末までとなりますので、接種を希望される方は、指定医療機関に直接予約をお願いします。

# ～蚊・ダニ媒介感染症に注意しましょう！～



蚊やダニは病気を持っているものもあり、咬まれないことが大切です。

【ダニが媒介する感染症】ダニ媒介脳炎・つつが虫病・など

【蚊が媒介する感染症】日本脳炎・デング熱・ジカウイルス感染症など

## 蚊・ダニ共通対策

- 肌の露出を少なくする
- 長袖・長ズボンを着用する
- 足を完全に覆う靴を履く（サンダルなどは避ける）
- 明るい色の服を着る
- 虫除け剤を使用する

## ダニ対策

- 帽子・手袋を着用し、首にタオルを巻くなど
  - シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる
- ※野外活動後は入浴し、ダニに咬まれていないか確認しましょう。特に、首・耳・わきの下・足の付け根・手首・膝の裏などに注意しましょう。

## <マダニにかまれた場合は>

無理に自分で引っ張ったりせず、皮膚科を受診し、マダニの頭部が残らないように除去してもらいましょう。咬まれた後、数週間体調の変化に注意し、発熱等の症状が見られる場合は、早めに内科などで診察を受けましょう。

## 白河市健康ポイント事業 参加者募集中！！

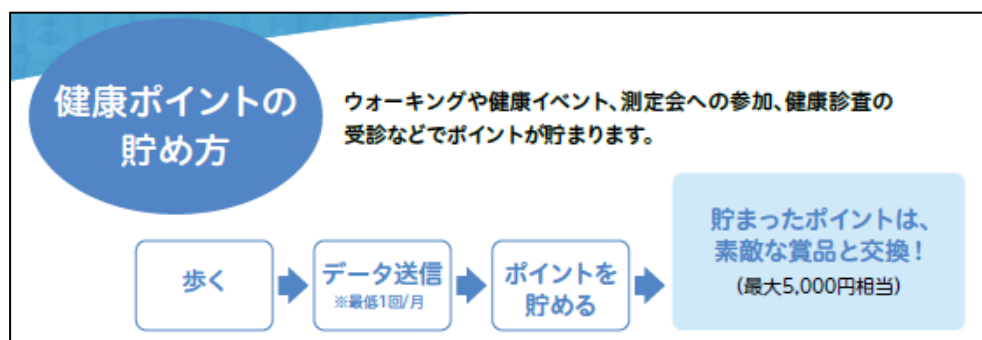


案内チラシでの募集期間が過ぎていますが、引き続き参加申込みを受付しています。

ポイントは活動量計か、アプリで管理します。日々のウォーキングや健康診査の受診、健康スポットでの測定等でポイントが貯まります。

全戸配布したチラシに添付されている申込用紙、専用の WEB ページから申し込みます。下記の QR コードからサイトへアクセスし、お申込みください。（アプリで参加希望の方は、必ず WEB ページからお申込みください。）

その他詳しくは、市ホームページやチラシをご確認ください。



↑  
申込みはこちら

## 「わたしの推し本コンテスト」投票開始しました！！

あなたのおすすめの本をぜひ投票してください。

投票のしめきりは令和3年12月31日までです。市内の各図書館、中央保健センターに投票箱を設置しています。→こちらの QR コードからも投票できます。

※「わたしの推し本コンテスト」は自殺予防を啓発するための取り組みです。

