

年金・労務相談
2/7(水)
AM9:00~PM1:00
福祉健康センター「すこやか」
相談員▶乾 滋

問 社会福祉協議会
☎88-1177

人権相談
12/20(水)・1/17(水)
AM9:00~PM1:00
教育会館 蘭・桜の間
相談員▶人権擁護委員

問 福井地方方法務局大野支局内
大野人権擁護委員協議会
☎66-2249

外国人に関する無料相談
1/28(日) AM9:00~12:00
教育会館 教養室
相談員▶福井県行政書士会行政書士

問 (外国人) ※中国語の通訳あり
朝井輝夫 ☎88-3312
(法律一般)
齊藤富雄 ☎88-5089
松村治門 ☎89-1054

社会保険相談
12/27(水)
AM10:00~PM4:00
勝山商工会議所 ☎88-0463
相談員▶福井社会保険事務所職員

問 福井社会保険事務所
☎0776-23-1002

行政相談
12/20(水)
AM9:00~PM1:00
教育会館 蘭・桜の間
相談員▶深谷久枝・仲谷則雄

問 福井行政評価事務所
☎0776-24-0403

女性相談
毎週金曜日
AM9:00~PM5:15
奥越健康福祉センター 勝山庁舎
相談員▶奥越健康福祉センター相談員

問 奥越健康福祉センター
勝山庁舎
☎88-0359

児童相談
毎週月~金曜日
AM8:30~PM4:45
福祉健康センター「すこやか」
※県総合福祉相談所による専門的な相談
毎月 第3火曜日(要予約)

問 家庭児童相談室(直通)
☎87-0777

福井県消費生活相談
12/22(金)・1/12(金)
AM9:00~PM5:00
勝山市役所 相談室
相談員▶福井県消費生活センター相談員
※なお、市消費生活相談は随時行っています

問 消費者センター
(☎内線264)

法律相談(要予約)
1/10(水)PM1:30~4:30
1/17(水)AM9:30~PM12:30
福祉健康センター「すこやか」
相談員▶寺田直樹、
司法書士大野支部

問 社会福祉協議会 ☎88-1177

結婚相談
毎週木曜日
第1・3木曜日PM1:00~5:00
第2・4木曜日PM6:00~9:00
福祉健康センター「すこやか」

問 結婚相談室(直通)
☎87-6150

心の相談
第1水曜日(要予約)
PM2:00~3:00
奥越健康福祉センター勝山庁舎

問 奥越健康福祉センター
勝山庁舎
☎88-0359

心配り相談
毎週月~金曜日
AM9:00~PM5:00
夜間相談=毎週水曜日(要予約)
PM6:00~8:00
福祉健康センター「すこやか」

問 社会福祉協議会
☎88-1177

ブックスタート AM10:30~
-乳児対象 絵本のよみかかせ会-
12月22日(金)

絵本の森(よみかかせ会) PM2:00~
12月16日(土)・1月6日(土)

C型肝炎相談・検査
第2・4月曜日
PM1:00~2:30
奥越健康福祉センター
勝山庁舎

問 奥越健康福祉センター
勝山庁舎
☎88-0359

子育て相談(親子関係)
毎週月~木曜日
AM9:00~PM4:00
市子どもセンター(旧西幼稚園)青少年室

問 市子どもセンター 青少年室
☎87-0101

ヤングテレホン ☎88-1004

※祝日と年末年始(12月29日~1月3日)は、お休みします。

あそびの城
絵本の森、自由工作・昔あそび
12月16日(土) PM2:00~
ほっとする部屋
12月21日(木) PM4:30~
絵本と手品のつどい -K&ピエロ-
12月24日(日) PM2:00~

おはなしでこい PM2:00~
1月13日(土)

アニメ上映会 PM1:30~
1月14日(日)

クリスマス子どものつどい
①演目 『ずっとそばにいるからね他』
出演 人形劇団とんと
●12月23日(土) PM2:00~
②おもしろ腹話術
-早起きばん屋さんによる腹話術と
パネルシアター-
●12月24日(日) AM10:30~
③絵本と手品のつどい -K&ピエロ-
●12月24日(日) PM2:00~

勝山市立図書館 ☎88-6000
http://tosyokan.city.katsuyama.fukui.jp/

子ども図書

おへそのあな 長谷川 義史 作

ねむいねむいおはなし ユリシユルピッツ 作

世界のだっこ エズリー・バーナード 文

おんぶの絵本

せーのジャンプ! 深川 直美 作・絵

Q&A 季節の食育 服部 津貴子 著

どんぐりの穴のひみつ 高柳 芳恵 文

お手で年賀状 小町谷 新子 著

イヌワシの生態と保全 ジェフ・ワトソン 著

しぐさの民俗学 常光 徹 著

父親のすすめ 日垣 隆 著

チャンスをつかむ 『50代再就職』 上田 裕之 著

読む力・聴く力 河合 隼雄 著

図書新着情報

定例相談(無料相談)
相談員=敬称略

すこやか健康ガイド

福祉健康センター「すこやか」では、母子や成人を対象に各種事業を実施しています。お気軽にご参加・ご利用ください。

お申し込み・お問い合わせ
勝山市福祉健康センター「すこやか」内
健康長寿課 健康増進グループ
勝山市郡町1丁目1-50 直通電話(☎87-0888)

赤ちゃん

1歳半児健康診査
(平成17年6月生まれ)
1月5日(金)
PM1:00~2:00
集団健診室

3歳児健康診査
(平成15年12月生まれ)
1月12日(金)
PM1:00~2:00
集団健診室

もぐもぐごっくん教室(離乳食教室)
1月16日(火)
AM10:00~11:30
集団健診室、栄養指導実習室
簡単な調理実習があります。

1~2か月子育て教室
1月15日(月)
AM10:00~11:30
集団健診室
・身体測定
・子育てについてグループワーク
・発達・育児の話

母子クリニック
1月19日(金)
PM1:00~2:00
集団健診室
・身体測定
・小児科医師および保健師、栄養士による育児相談(乳幼児)
※医師による育児相談は要予約

すこやか健康相談
毎週水曜日
AM9:00~11:30
集団健診室
健診結果の相談、体や心の心配、食事や運動、生活習慣病、ストレスなど、個別に相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。

すこやか健康講座
1月24日(水)
PM1:30~3:00
集団健診室
「糖尿病について」
講師：福井社会保険病院 内科部長 伊藤正典先生

すこやか長寿クッキング
12月21日(木)
1月18日(木)
1月25日(木)
AM10:00~12:00
栄養指導実習室
旬の食材で手軽にできる家庭料理をご紹介します。栄養バランスが良いので、健康になれるヒントがいっぱいの料理教室です。

毎月21日は **健康の日**

「手洗い・うがい」が基本です!
インフルエンザは予防から!!

★日常でのポイント

- ① 十分な栄養と休養をとる
- ② できるだけ人ごみを避ける
- ③ 帰宅後は手洗いとうがいを行う
- ④ 室内の乾燥に気をつける
- ⑤ 外出時にはマスクを着用する
- ⑥ 予防接種

特に高齢者や呼吸器疾患等の基礎疾患のあるかたと接する機会が多いかたは、予防接種を受けることをお勧めします。詳しくは厚生労働省ホームページ。
http://www.mhlw.go.jp/

ノロウイルスによる食中毒に注意しましょう

秋から冬にかけて起こる、ウイルスが原因の食中毒としてノロウイルスがあります。油断しがちな季節ですが、手洗いや食品の衛生管理をしっかり行いましょう。ノロウイルスは食品中では増えず、人の腸管内でのみ増えます。そのため、嘔吐物やふん便を介した2次感染によって周囲の人にうつす危険性があります。わずかなウイルスの付着で感染するので、特に抵抗力の弱い子どもや高齢者は、注意が必要です。

《主な症状》吐き気・嘔吐、下痢、腹痛、発熱、頭痛

《食品対策》生ものを食べるのを極力避け、85℃で1分間以上加熱調理しましょう。特にかきなどの貝類の生食は避けたいほうが良いです

《手洗い》ウイルスを洗い流すため、調理の前後、トイレやおむつ交換、ペットをさわった後などは、必ずせっけんをよく手を洗きましょう

《衛生管理》調理器具の使用後はときどき塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)に浸して殺菌しましょう

《汚物処理》嘔吐物、ふん便を処理するときは、マスクとプラスチック手袋を着用し、周囲を汚染させないようにしましょう

受けもれの予防接種はありませんか?

定期接種の種類	受 け 方	最終対象年齢
ポ リ オ	生後3カ月から6週間以上あけて、2回接種	7歳6カ月未満
三種混合(第1期)	生後3カ月から3~8週間の間隔で3回接種後、1年あけて1回接種	7歳6カ月未満
二種混合(第2期)	11歳~12歳(小学校6年生)の時に1回接種	13歳未満
麻疹・風疹混合(第1期)	1歳~2歳までに1回接種	2歳未満
麻疹・風疹混合(第2期)	幼稚園等の年長組の時に1回接種	年長組の最終の3月31日まで
日本脳炎(第1期)	現在、ワクチンの安全性が確認されるまで、接種を一時中止しています	
日本脳炎(第2期)	特別の事情で接種を希望するかたは担当課までお申し出ください	

お子さんの予防接種で受けもれがないか『母子手帳』などで確認しましょう。
新しい対象者以外のお子さんへの再通知はありません。定期の予防接種の範囲内であれば、公費で接種できます。春・秋期のポリオ以外は個別接種になりますので、お子さんの体調のよい時に主治医に相談のうえ接種してください。