



●墨田区保健所のホームページ
 □ <http://www.city.sumida.lg.jp/hokenzyo/>

●向島保健センター：〒131-0032 東向島5-16-2 ☎3611-6135
 ●本所保健センター：〒130-0005 東駒形1-6-4 ☎3622-9137

都内の
医療機関
情報案内
(24時間案内)

●都保健医療情報センター(ひまわり)
 ☎5272-0303・☎5285-8080
 ●救急相談センター
 ▶携帯・PHS・プッシュ回線 ☎ # 7119
 ▶23区ダイヤル回線 ☎ 3212-2323

「ダメ。ゼッタイ。」薬物乱用

平成23年度薬物乱用防止ポスター・標語作品展

近年、青少年を中心に、覚せい剤等の薬物乱用が大きな社会問題となっています。青少年を薬物汚染から守るには、正しい知識を身につけさせ、誘われてもきっぱり断る勇気を育むことが大切です。

そこで、「東京都薬物乱用防止推進墨田地区協議会」では、中学生に薬物乱用防止への関心を持ってもらえるよう、毎年、ポスターと標語作品の

募集・展示を行っています。

今年度の作品展を開催しますので、ぜひ、ご覧ください。

【とき】12月12日(月)～15日(木)午前10時～午後4時 *最終日は午後3時まで

【ところ】区役所1階アトリウム
 【入場料】無料【問合せ】保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

有効期限は来年3月31日です

女性特有のがん検診推進事業

区では、子宮がん検診・乳がん検診の受診促進と普及啓発のため、特定の年齢の女性を対象に、検診手帳と、無料で検診を受けられるクーポン券・受診票をお送りしています。

クーポン券・受診票の有効期限が迫っていますので、お早めに受診してください。対象となる方で、万一、クーポン券と受診票が届いていない場合や紛失してしまった場合は、問合せ先へご連絡ください。

なお、同じ年度内に同種の検診を2

回以上受診された場合、2回目以降の受診費用は自己負担となりますので、ご注意ください。

【有効期限】平成24年3月31日(土)【ところ】実施医療機関【対象】23年4月20日現在、区内に住所があり、かつ23年4月1日現在、次の年齢の女性▶子宮がん検診=20・25・30・35・40歳▶乳がん検診=40・45・50・55・60歳【問合せ】保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

アルコール依存症への理解と、お酒の問題への対応について学びます

講演会「アルコール依存症の理解と回復支援“体験談をふまえて”」

【とき】平成24年1月16日(月)午後2時～4時【ところ】すみだリバーサイドホール1階ミニシアター(区役所に併設)【対象】区内在住の方【定員】

先着40人【費用】無料【申込み】12月12日午前8時半から電話で向島保健センターへ

まず、知ることが大切です!

酒害講座(本人、家族向け)

【とき・テーマ】▶本人向け=平成24年1月18日(水)・お酒からの回復▶家族向け=24年1月23日(月)・アルコール依存症の治療と回復について *いずれも午後2時～3時半【ところ】

向島保健センター【対象】区内在住の方【定員】各日先着15人【費用】無料【申込み】12月12日午前8時半から電話で向島保健センターへ

冬場はインフルエンザが流行しやすい季節です

インフルエンザにご注意ください

インフルエンザの主な症状は、38度以上の急激な発熱、咳、のどの痛みなどです。

なお、2009年～2010年に世界中で流行した「新型インフルエンザ」は今年4月から「季節性インフルエンザ」として取り扱うことになり、通常のインフルエンザ対策に移行しました。

■インフルエンザの予防方法

【手洗い】外から帰ったときや、咳、くしゃみを手で覆ったときには、石けんと流水でよく手を洗う【咳エチケット】▶咳、くしゃみの症状があるときには、マスクを着用する▶咳、くしゃみをするときには、口と鼻をティッシュやハンカチなどで覆い、周りの人から顔をそむける

■ワクチン接種を受けましょう

インフルエンザは、12月下旬から3月上旬に本格的な流行を迎えます。インフルエンザの重症化を防ぐには、ワクチンの接種が効果的です。流行する前に接種しましょう。

なお、平成21年度・22年度は、新型インフルエンザ対策として、小児や妊婦を含めて国がワクチン接種事業を行ってきましたが、新型インフルエンザの指定が終了したため、今年度のワクチン接種の公費負担は、高齢者を対象とする法定接種のみとなります。ご注意ください。

【問合せ】保健予防課感染症係 ☎5608-6191

受診票が届いた方は、ぜひ、受診してください

成人歯科健康診査

区では、お口の健康維持のために歯科健診を行っています。特に歯周病は、初期の段階では自覚症状が少なく、気づかない間に進行します。早期に発見し治療につなげるためにも、歯科健診を受けましょう。

対象年齢の方には、誕生月の下旬に受診票等をお送りしています。万一、受診票が届いていない場合や紛

失してしまった場合は、問合せ先へご連絡ください。

【有効期限】受診票等に記載【ところ】区内実施医療機関【対象】区内に住所があり、平成24年3月31日現在、20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の方【費用】無料【問合せ】保健計画課保健計画担当 ☎5608-6189

お気軽にご利用ください

墨田区在宅リハビリテーション支援事業

区では、脳卒中や骨折等で入院し、退院した後も在宅でリハビリを続けたい方などを対象に、「墨田区在宅リハビリテーション支援事業」を行っています。これは、在宅でのリハビリを医師の指導のもとで続けたいという方が、無料で支援を受けられる制度です。利用期間は原則1年ですが、希望があれば最長2年まで延長することもできます。

また、体が思うように動かないと

感じていて、医師にリハビリの指導を受けたい方などもご利用できますので、申込先までご相談ください。

なお、事業のパンフレットを区施設などで配布していますので、詳しくは、お問い合わせください。

【申込み】随時、電話で東京都リハビリテーション病院 ☎3616-8399へ *受付は、平日の午前8時半～午後5時15分【問合せ】保健計画課保健計画担当 ☎5608-6506

マナーとルールを守ることが大切です

ペットは愛情と責任をもって飼いましょう

ペットは、飼い主にとって大切な家族の一員です。しかし、マナーを守った飼い方をしなければ、周囲の人にとって迷惑な存在となってしまいます。飼い主は、ペットも社会の一員として受け入れられるよう、愛情と責任を持って飼いましょう。

■犬の飼い方にご注意を

犬を飼うには、法に基づく届出と適切なしつけ等が必要となります。飼い主は、▶犬を飼い始めたら、生活衛生課(区役所5階)で登録をする

▶犬と散歩する時は、犬が車道に飛び出したり、人をかんだりしないように、必ずリード(引き綱)をつける▶散歩の前には、犬に家で排泄を済ませる習慣をつける▶犬が外でフンをしたら、必ず家に持ち帰る▶犬が尿をした場所は、水などできれいに流す▶犬の防災用品の備蓄をする といったことをしっかりと守って飼いましょう。

【問合せ】生活衛生課生活環境係 ☎5608-6939

献血にご協力を!

日時・会場についてはお問い合わせください。
 *ホームページでもご確認になれます。
 【問合せ】東京都赤十字血液センター
 ☎5534-7550



献血キャラクター「けんけつちゃん」