

狂犬病予防注射(集合注射)のお知らせ

実施日	時間	場所
4月13日(火)	13:15～13:30	舟場コミュニティセンター前
	13:40～13:50	高尾公会堂前
	14:00～14:10	金持公民館前
	14:20～14:30	板井原公民館前
	14:50～14:55	真住公民館
4月14日(水)	13:10～13:30	野田みちくさの館前
	13:40～13:50	津地自治会館前
	14:00～14:10	老人憩の家前(下樓)
	14:20～14:30	上本郷公会堂前
	14:40～14:50	奥渡公民館前
	15:10～15:30	山村開発センター前
4月15日(木)	13:20～13:30	久住集会所前
	13:50～14:00	小内バス停前
	14:10～14:20	上菅駅前
	14:30～14:50	町公民館前(黒坂)
6月9日(水) ※補足日	14:00～14:20	山村開発センター前

狂犬病は、犬にかまれた傷から感染し、発病すれば、ほぼ100%死亡する病気です。犬を飼っている人は、狂犬病のことを十分認識し、年1回の予防注射を必ず受けさせるようにしてください。

平成22年度の集合注射を左の表のとおり行います。集合注射ができない場合は、動物病院で注射を受けてください。

また、生後90日以上の犬を新たに飼い始めたときや、飼い主を変更したとき、犬が死亡したときなどは、必ず健康福祉センターまで届け出てください。

料 金

新規登録の人	5,950円	(登録料・注射済証交付料・注射料)
登録済の人	2,950円	(注射済証交付料・注射料)
犬マーク	80円	(希望者のみ)

注射には、犬を固定できる人が連れて来てください。犬の健康状態が悪かったり、飼い主が犬を制御できないなど、接種不可能と判断した場合は、「予防注射見合わせ証」を発行します。後日かかりつけの動物病院で接種してください。

雨天での接種は、犬が体調を崩す場合があります。雨天の場合は、別の日または動物病院での接種をおすすめします。

動物病院で個別注射をした場合も健康福祉センターに届け出てください。

問合せ 健康福祉センター (電話 72 1852)



公開生放送に
参加しませんか

NHKラジオ第一・FM放送
「ここはふるさと旅するラジオ」は、
全国を中継車が巡回し、
地域の「やる気・元気・本気」を
各地から伝える番組です。
4月5日～8日は鳥取県にやってきました。
7日は日野町で公開生放送が行われます。
どなたでも無料で参加できます。
皆さんの声援・拍手で
日野町を全国にアピールしましょう。

日時 4月7日(水)
午後0時30分～午後0時50分

場所 日野町役場前
(雨天の場合は町文化センターホワイエ)

出演 町内の元気なグループの皆さん
NHKアナウンサー2人

問合せ NHK鳥取視聴者センター
(電話 0857-29-9200)



お元気ですか

日野病院です

退職あいさつ〜お世話になりました〜

内科 井上和興

整形外科 川口馨

皆様、日野病院でお世話になった井上和興です。前回2年と、昨年1年外来でお世話になったのを合わせるとう丸4年間勤務させていただきました。今このところ医者人生で最長です。

皆様があたたかく見守っていただいたお陰で、本当にいろいろなことを学ぶことができました。ありがとうございました。

今後は、日野の地で学んだことを忘れないで、倉吉で研鑽を積んでいこうと思っております。また、今度どこかで見かけたときは気軽に声をかけてください。



日野の皆様、あつという間の1年間でした。当直の夜にカプトムシが電灯に飛んでくるのを楽しんでいたかと思えば、木々が紅葉し、知らぬ間に雪が降り出したという印象です。

皆様のお役に立てたかどうかは分かりませんが、日野病院での診療は僕に多くの経験を与えてくれました。ありがとうございました。

春からは鳥取大学の救急災害科で働きます（整形外科をやめるわけではないですよ。半年か1年で整形外科に戻ります）。皆さんが熊や猪と格闘した際には大学病院でお会いすることができるとは喜ばせませんが、あまり喜ばせないので気をつけてください。くれぐれもお体を大事にし、今後も楽しい生活を送って頂けることをお祈り申し上げます。



まちの介護予防だより 連載

役場健康福祉課（電話 72 0334）

カラダとココロの

介護予防

「食えること」を大切に

介護予防と栄養改善

高齢期の食生活でいちばん心配なのは「低栄養状態」です。たんぱく質とエネルギーが不足した低栄養状態では、筋力や骨量を低下させるだけでなく、閉じこもりやうつ、認知症の要因にもなります。また、要介護状態になる主な原因である、高齢による衰弱や骨折、転倒などは低栄養状態と深く関わっています。一日三食をおいしく・楽しく・バランスよく食べることが介護予防につながります。

低栄養状態になりやすい理由

身体的な理由

- ・かむ力、飲み込む力の低下
- ・手や足の機能低下
- ・病气やけが

社会的な理由

- ・独り暮らしで料理をしない
- ・人と一緒に食べる機会が少ない

精神的な理由

- ・うつ状態で食欲がない
- ・食べたいと思うものがない

今日からはじめましょう

三食バランスよく、主食、主菜、副菜をしっかり取りま

しよう

「茶碗に大皿、小皿に小鉢」という言葉があります。主菜の大皿にはたんぱく源となる魚や肉、卵、大豆製品などを、小皿や小鉢には野菜料理などを

活動的に生活して食欲を増進させましょう

運動や趣味、社会参加などの活動的な生活を送ることにより食欲が増進し、生活機能も向上します

家族や友人との会食の機会を増やしましょう

人と一緒に楽しく食事をすると自然に食欲がわき、いろいろな栄養をバランスよく取れるようになります

1日1.5ℓを目安に水分を取りましょう

脱水症は心筋梗塞や脳卒中の原因になります。こまめに水分を取りましょう

町では、生活機能の低下がみられる人に対して、筋力向上・栄養改善・口腔機能向上の介護予防事業を行っています。

何か気になることがありましたらお気軽に日野町地域包括支援センター（電話72・1852）までご相談ください。