

☆気づいてください。
このところからだのサイン

3つの「い」に当てはまる人はいませんか？

1. 眠れない
2. 食べられない
3. 疲れやすい

もしかしたら、それはこのところからだからの「SOS」のサインで、「うつ」かも…

3つの「い」のなかでも2週間以上続く不眠は、専門医師の診察をお勧めします。

うつ病とは、「うつ」の風邪」ともいわれ、誰もがかりうる病気です。中には自殺にまで追い込まれるなど深刻な状況に至る場合もあります。うつ

病は脳の病気です。「気の持ちよ」や「こころの弱さ」から起こるものではありません。脳の神経伝達物質の減少で引き起こされているといわれています。

うつ病は、治せる病気です。「もしかして…」と思うような兆候があれば、迷わず専門機関を受診しましょう。

健康推進課
☎65-0703
☎63-4591

運動器の機能向上 介護予防教室に参加しましょう

以前に比べて、歩く速さが遅くなったように感じたり、少し歩いただけで足がだるく感じることはありませんか。ちょっとした段差でつまづいたり、転んだことのある方は、要注意です。歩くために必要な筋肉の衰えは、知らない間にすすんでいます。いつまでも、いきいきと活気あふれた生活を過ごすためには、転倒予防に努め、生活機能を活発にしていくことが大切です。市では、介護予防事業として、運動教室「筋力ステップアップ教室」を開催します。教室に参加希望の方は、地域包括支援センターへご相談ください。

【教室名】 筋力ステップアップ教室
【対象者】 65歳以上の方。下肢の筋力低下が気になる方で、要支援・要介護の認定を受けていない方
※生活機能評価の結果が異常なしの方は対象外となる場合があります。
【教室の期間】 3か月間(全12回) 10月開始予定
【場 所】 市内
【内 容】 体力測定・転倒予防のための筋力アップの運動・バランス運動・ストレッチ体操など

問い合わせ
水口地域包括支援センター ☎65-1170 ☎63-4591
土山・甲賀地域包括支援センター ☎88-8136 ☎88-6557
甲南・信楽地域包括支援センター ☎86-8034 ☎86-5974

守ろう大切なのち

9月10日から9月16日は、自殺予防週間です。

病は脳の病気です。「気の持ちよ」や「こころの弱さ」から起こるものではありません。脳の神経伝達物質の減少で引き起こされているといわれています。

うつ病は、治せる病気です。「もしかして…」と思うような兆候があれば、迷わず専門機関を受診しましょう。

「認定こども園」を加え 平成24年度保育園・幼稚園の入園申込受付が始まります

去る8月11日の市議会臨時会において、公立貴生川幼稚園・保育園を閉園する条例の一部改正が可決されました。

このことにより、両園は、平成24年3月31日をもって閉園となりますが、4月1日からは、これまでの貴生川幼稚園、保育園の教育・保育の質を低下させることなく、その良さを引き継ぐ「認定こども園」が新たに開設されます。

現在、貴生川幼稚園・保育園に在園のお子様や、入園をご希望になる市内全域のお子様方に、安心して入園いただける園づくりのために、市もその責任を担いながら就学前教育の充実をめざします。

平成24年度 保育園・幼稚園の入園申込受付(予告)

保育園・幼稚園の入園申込受付を下記のとおり予定しています。詳しい内容については9月15日号に掲載します。また、9月9日(金)に入園案内および申込書を各保育園・幼稚園、各旧支所の地域市民センター、市民窓口センター、各子育て支援センターに配置しますのでご確認ください。

保育園 (私立保育園・認定こども園の長時部も含む)	公立幼稚園	問い合わせ こども未来課 ☎86-8179 ☎86-8380
申込受付期間： 10月3日(月)～14日(金) 8時30分～17時15分(土・日・祝日を除く)	申込受付期間： 9月28日(水)～30日(金) 8時30分～17時15分	

認定こども園 ○平成24年4月に私立の認定こども園が貴生川地先に開園します。

- 認定こども園とは、一つの園舎に保育園(長時部)と幼稚園(短時部)の機能を備えた施設です。
- 保育園(長時部)については、保育に欠ける児童を預かり、入園調整、保育料の決定、徴収を市が行います。
- 幼稚園(短時部)については、入園受付、保育料の徴収を法人において行います。
- (仮称)貴生川認定こども園(長時部・短時部)についての説明会を9月11日(日)14時～(1回目)と、16時30分～(2回目)甲南幼稚園にて行います。認定こども園の保育内容について、お知りになりたい方は、説明会にご参加ください。
- 入園申込受付(短時部)は、9月下旬予定です。



問い合わせ
甲南幼稚園(甲南町野田604)
☎・☎86-8088

私立幼稚園

【水口幼稚園】

- 募集定員：3歳児…30名 4歳児…若干名 5歳児…若干名
- 願書配布：9月1日(木)～
- 入園説明会：9月3日(土)10時30分～
- 願書受付：10月4日(火)9時30分～(先着順)

願書配布・入園説明会・願書受付・問い合わせ
水口幼稚園(水口町城東3-21) ☎62-0329 ☎62-0334

【甲南幼稚園】

- 募集定員：3歳児…70名 4歳児…若干名 5歳児…若干名
- 願書配布：9月4日(日)～
- 入園説明会：9月4日(日)14時～(1回目) 18時30分～(2回目)
- 願書受付：9月4日(日)入園説明会後より

願書配布・入園説明会・願書受付・問い合わせ
甲南幼稚園(甲南町野田604) ☎・☎86-8088

日本脳炎予防接種の受け方が変更されました

日本脳炎予防接種は平成17年5月からの接種一時見合わせにより、予防接種を受けることができなかったお子さんに、予防接種を受けていただけるようになりました。日本脳炎は蚊が媒介して人に感染します。(人から人への感染はありません)予防接種により感染を予防することが期待できます。費用は無料です。この機会に接種を受けていただくように、お勧めします。

予防接種を受けることができる対象者	接種方法等
満3歳以上小学1年生まで	平成22年3月までに、個別に市の予診票を送付しました。 ※平成20年4月2日以降に生まれたお子さんは予防接種予診票を出生届時にお渡ししています 手元に予診票がない場合は、健康推進課までお問い合わせください。 健診・予防接種カレンダーで実施医療機関を確認して接種してください。
小学2年生	今までに接種ができていない接種回から接種することができます。 なお、9月中に案内と予診票を配布しますので、9月末までに手元に届かない場合は健康推進課へお問い合わせください。
小学3年生・4年生	平成23年度中に、予防接種を受けていただくように特にお勧めするお子さんです。 今までに接種ができていない接種回から予防接種を受けることができます。 なお、案内と予診票を配布しましたので、手元に届いていない場合は健康推進課へお問い合わせください。
小学5年生以上中学3年生まで(平成8年4月2日以降に生まれた方)	1期または2期の今までに接種ができていない接種回から接種することができます。 なお、9月中に案内と予診票を郵送しますので、9月末までに手元に届かない場合は健康推進課へお問い合わせください。
平成7年4月2日から平成8年4月1日生まれの方	2期接種を受けることができます。ただし、4月・5月生の方は、予防接種法に基づかない任意接種となりますので、事前に保護者の同意が必要です。 健康推進課にお問い合わせいただき、予診票を受け取ってください。

予防接種法に基づく接種回数と間隔
1期初回：6～28日の間隔をおいて2回
1期追加：1期初回2回目終了後おおむね1年後に1回
2期：9歳以上で1回

問い合わせ
健康推進課
☎65-0703 ☎63-4591