

# 混雑を避けるために下記の地区割りを実施します

(都合が悪い場合は変更可能です)

\*受付時間 8:00～11:00

月	日	曜	場所	行政区
10	2	水	母子健康センター	申川内 松ヶ浦 多久原 ケアハウス大地 岸川
	13	日	//	西多久町地区 東多久町地区 10/2の行政区
	22	火	西多久公民館	藤川内上 藤川内下 宿 板屋上 板屋下 吉の尾
	23	水	//	八久保 船山 駄地 谷 山口 猪鹿 平山 平古場 平野 白仁田 倉持
	24	木	多久公民館	東の原 西の原 岡 桐岡 道祖元 浦町 西町 東町 中野
	25	金	//	下鶴 撰分 宮ノ浦 石州分 栄町 明治佐賀
	27	日	母子健康センター	南多久町地区 多久町地区 11/22の行政区
	28	月	//	中山 中の原 山犬原 東原 メイプルタウン
	29	火	母子健康センター	筋原 横柴折 番所 前田
11	6	水	南多久公民館	西山 井上 駄道・天ヶ瀬 後野・平原 牟田辺 桐野 谷下 笹原 大野 田柄
	7	木	//	瓦川内 長尾 西ノ谷 庄 中小路 上田町
	18	月	母子健康センター	高木川内 新栄町 旭町 立山
	19	火	東多久公民館	古賀二区西 別府一区 別府二区 古賀山 古賀一区
	20	水	//	渋木 古賀二区東 山ノ上 古賀三区 別府三区 仁位所 宝蔵寺 平和町 池ノ平 旭ヶ丘
	21	木	//	裏納所 大門 大畑 平林 北坊 平合 松瀬 柳瀬 天山 両子 古賀平 石原 羽佐間
	22	金	母子健康センター	相の浦 大工田 原口 泉町
	24	日	//	北多久町地区 (10/2、11/22以外の行政区)
	25	月	//	中多久二区 浦山
12	8	日	母子健康センター	未受診
	9	月	//	//

# 今月の健康

問 健康増進課 ☎75-3355

メリットいっぱい

「がん検診」を

受けましょー!!

4ページで紹介したがん検診。今月から集団検診を始めます。全部で23日間実施しますので、都合の合う日にぜひ受診してください。最大7種類の検診が半日で受けられます。

## インフルエンザの流行期を前に 予防について再確認!

- ◆日頃から手洗いやうがい、予防接種を受けて、予防しましょう
- ◆流行期は、人込みを避け、外出時にはマスクを着用しましょう
- ◆室内では湿度管理や換気に努めましょう

### ◎高齢者のインフルエンザ予防接種費用助成

10月1日から12月31日までの間、65歳以上の人は、インフルエンザ予防接種を自己負担額1,200円で受けることができます。

詳しくは、今月配布している「高齢者インフルエンザ予防接種説明書」をご確認ください。

### より効率的な接種を!!

予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5か月間とされています。

インフルエンザが流行する前の12月中旬までの間に接種を受けておくことが望ましいとされています。

## 子育て知恵袋

～子育てがもっと  
楽しくなるヒント～

### 子どもをたくさん褒めましょう!!

■“褒めること”は強化子と言われる作用を持ちます



～ひとりで顔を洗えた場合～

ひとりで顔が洗えたね、えらい! えらい!  
→顔を自分で洗うことを、ほめられることによって、自分で洗うという行動が強化される



～食事の後片付けの場合～

食器をはこんでくれてありがとう  
→ほめられたことでお手伝いをするという行動が強化される

### ポイント

ただ、「えらいね」というだけでなく、具体的に何がどうえらいのかを伝える方が、ほめられた行動を増やす効果があります。笑顔で気持ちをこめてほめましょう。

ほめるという褒めは、好ましい行いを好ましいと教えることだけでなく、子ども自身が、自分で行動を選択するときに、ほめられるようないいことなのか、そうでないのかについて関心を高める効果もあります。自分の行動をきちんと考えて選択できる大人に育てたいですね。