

新型コロナウイルスワクチン接種

令和5年秋開始接種について

問 新型コロナウイルスワクチン接種対策班 ☎824-2323 FAX.823-0020

対象者 初回接種を完了し、最終接種日から3カ月経過した生後6カ月以上の人

接種期間 3月31日(日)まで

接種券 対象の人に順次送付しています。

※現在、接種券を持っている人で、接種を希望する場合は、持っている接種券で接種をしてください。接種券を紛失した人は再発行します。(☎824-2323)

集団接種での接種について

令和5年12月以降は集団接種の予定はありません。

個別医療機関での接種について

個別医療機関では接種を実施しています。希望者は各医療機関に連絡してください。

乳幼児および小児のオミクロン株対応ワクチンの接種について

乳幼児および小児のコロナワクチン予約は、海田町新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターで受け付けします。

問い合わせ

- 接種券(クーポン券)および予約受け付けに関すること
9時~17時(土・日曜日、祝日を除く)
海田町新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
☎824-2323 FAX.823-0020
- ワクチン接種についての専門的な相談に関すること
(土・日曜日、祝日も行います)
広島県(8時30分~17時30分)
厚生労働省(9時~21時)
☎513-2847 FAX.211-3006
☎0120-761-770(フリーダイヤル)

人生100年時代 健康長寿をめざそう

アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒 問 健康づくり推進課(役場2階) ☎823-4418 FAX.823-0020

適度にアルコールを飲む人は、全く飲まない人よりも脳卒中になる危険がやや少ないといわれています。しかし、適量を過ぎれば逆に体の毒になり、脳卒中だけでなく、健康を損なう原因となります。

アルコールは、カロリーが高く、肥満につながります

肥満は万病のもと、高血圧や糖尿病、脂質異常症などの原因になるだけでなく、内臓脂肪そのものが動脈硬化を進行させ、脳梗塞を引き起こす原因となります。

肝臓の悪い人は、半年に一度、医療機関で血液検査をしましょう

γ-GTPなど、肝臓のはたらきを表す数字に注意しましょう。

からだに負担をかけず適量を正しく飲むことで、からだへの負担を減らしましょう

具体的には

- ・食べ物を食べながら飲みましょう。
- ・強いお酒は薄めて飲みましょう。
- ・楽しく、ゆっくりと飲みましょう。
- ・週に2日、休肝日をもうけましょう。

1日の適量の目安

ビールなら 500ml
ウイスキーなら ダブル1杯(60ml)
日本酒なら 1合(180ml)
ワインなら グラス2杯(240ml)

イベント 図書館からのお知らせ

問 町立図書館
☎823-3215 FAX.824-3315

2月の読書のテーマは「VUCA時代の人間力」です。
今月は将来の予測が困難な時代に求められる力に関する本の展示をしています。

- **休館日** 2月の休館日は次のとおりです。
毎週月曜日(祝日などの場合翌日)
2月6日(火)~2月9日(金)(特別整理期間)
2月29日(木)(図書整理日)
※この期間は、織田幹雄スクエア、海田東公民館、ふるさと館、ひまわりプラザについても図書利用ができません。(返却のみ可)
図書の返却は、図書館は玄関横の返却ポストへ、他4館は事務室窓口へお願いします。

赤ちゃんのためのおはなし会 ももちゃんくらぶ

月日	2月2日(金)	2月16日(金)	3月1日(金)
場所	図書館		
時間	10時30分から		
費用	無料(自由参加)		
対象	0~3歳児		
内容	絵本の読み聞かせ、手あそびなど		

ももたろうくんのおはなし会

月日	2月10日(土)	2月24日(土)
場所	図書館	
時間	11時から	
費用	無料(自由参加)	
対象	幼児~低学年	
内容	絵本の読み聞かせ テーマ「果物」	絵本の読み聞かせ テーマ「シアター」

イベント 旧千葉家住宅 今月の一般公開日

問 織田幹雄スクエア
☎822-7373 FAX.824-1125

座敷棟・庭園、角屋を公開します。

- **日時** 2月9日(金)~2月12日(月・振)、2月23日(金・祝)~2月26日(月) 10時~16時
- **場所** 旧千葉家住宅
- **対象** どなたでも
- **参加費** 無料
- **申し込み** 事前申し込みは必要ありません。
織田幹雄スクエア側入口から入場してください。

イベント 今月の催し むかしのくらし体験「かまどでごはん」

問 織田幹雄スクエア
☎822-7373 FAX.824-1125

千葉家の「かまど」で薪を使ってご飯を炊いたり、いもを蒸かしたりしてみませんか? 炊き立てのご飯で作るおにぎりはおいしいですよ。

- **日時** 2月24日(土)
10時30分~12時
- **場所** 旧千葉家住宅角屋
- **定員** 親子3組(幼児~中学生の保護者1人に子ども2人まで、または保護者2人に子ども1人まで可)
- **参加費** 1組 200円
- **申し込み期間** 2月1日(木)~2月12日(月・振)
- **申し込み方法** 二次元コードより申し込んでください。参加決定者には2月13日(火)までに参加決定メールを送ります。
※落選した場合には連絡がありません。



イベント 親子で楽しむ! バードウォッチング教室

問 織田幹雄スクエア
☎822-7373 FAX.824-1125

冬は、バードウォッチングシーズンです。瀬野川河川敷を歩きながら、水辺や公園などの野鳥を観察します。日本野鳥の会所属の講師による解説もあります。初心者も大歓迎!

- **日時** 2月17日(土) 9時30分~11時30分 ※雨天決行。
- **場所** 織田幹雄スクエア 306学習室
- **対象** 小・中学生とその保護者
- **定員** 20人
- **講師** 日本野鳥の会 広島支部の皆さん
- **服装** 暖かい服装、歩きやすい靴、手袋、帽子
- **持ち物** 飲み物、筆記用具、雨具、あれば双眼鏡・図鑑など
- **参加費** 無料
- **申し込み期間** 2月1日(木)~2月12日(月・振)
- **申し込み方法** 二次元コードより申し込んでください。後日、参加決定者には2月13日(火)までに参加決定のメールを送ります。※落選した場合には連絡がありません。
- **注意事項** ケガや事故への対応は、公民館総合保障で対応いたします。

