

新型コロナワクチン接種

生後6カ月以上の方へのオミクロン株(XBB.1.5)対応1価ワクチンによる接種を個別接種で実施しています。

令和6年3月31日までは、無料で接種を受けることができます。接種を希望する方は、必ず予約の上、接種を受けてください。

※集団接種は10月29日で終了。

予約方法や接種実施医療機関の確認など、最新の情報は、市ホームページでご確認ください。



▲市ホームページ



●宮城県新型コロナウイルスワクチン

副反応相談センター

ワクチン接種後の副反応に関する相談を受け付けています。

☎050-3615-6941

(8時45分～17時15分)

※外国語による相談にも一部対応しています。

※聴覚や言語に障害がある方などを対象に、ファクスやメールでも相談を受け付けています。

(☎)022-200-2632

✉m-side-reaction@medi-staffsup.com

11月以降の問い合わせ先／健康増進課

新型コロナウイルスワクチン接種係 (☎23-0455)

※市コールセンターは10月31日で終了。

11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間です

～アルコールのことで困っていませんか？～



アルコール依存症とは？

多量のアルコールを長期にわたって飲み続けることで、お酒の飲み方を自分でコントロールできなくなった状態です。飲酒がやめられないのは、意志が弱いからでも、性格の問題でもありません。アルコール依存症は誰にでも起こり得る可能性のある病気です。

具体的な症状

- ・今日は飲まずにしようと思っても、つい飲んでしまう
- ・大切な家族や仕事、趣味などよりも飲酒を優先させ、問題が起きる
- ・飲酒しないと眠れない(寝酒をする)
- ・アルコールが抜けると、不眠や発汗、手の震え、頻脈・動悸など(離脱症状)が起こる

予防するためには？

アルコール依存症は予防することができる病気です。次の4つのことを心掛けましょう。

- ①アルコール依存症について正しい知識を持つ
- ②適度な飲酒を心掛ける
- ③週2日以上のお休み日を設ける
- ④悩みを1人で抱え込まず、誰かに相談する

【節度ある1日の飲酒量】

ビール：500[㍺] (1本)

日本酒：1合

缶酎ハイ (7%)：350[㍺] (1本)

※アルコールに弱い人や女性、高齢者には、これより少ない量が推奨されています。



相談先

相談できる場所があります。本人だけでなく家族も相談できます。気軽にご利用ください。(25ページに関連記事)

心の健康相談 (予約制)

予約・問／社会福祉課 (☎23-0509)

アルコール専門相談 (予約制)

予約・問／塩釜保健所岩沼支所
(☎22-2189)

問／社会福祉課 (☎23-0509)

9/13



▲自ら考えたことを分かりやすく伝えました

この気持ちを伝えたい
 〓第1回岩沼市小・中学生
 プレゼンテーションコンクール〓
 市民会館で、「第1回岩沼市小・中学生プレゼンテーションコンクール」が開催されました。児童生徒が自ら考えたことを、ICTを活用して分かりやすく聞き手に伝える力を高めるために開かれたもので、市内各小・中学校から1次予選を通過した合計13人の児童生徒が参加しました。
 「めざせ！事故ゼロへ」を題目とした蒔苗歩莉さん（岩沼西小5年生）、「言葉」を題目とした板谷真歩さん（岩沼中3年生）が最優秀賞を受賞しました。

9/21



▲次々にパトカーが出勤していきました

安心・安全のために
 〓秋の交通安全 市民総ぐるみ運動開始式〓
 市役所で、「秋の交通安全市民総ぐるみ運動開始式」が行われ、関係者約100人が参加しました。
 市長は「自転車利用者のヘルメット着用と、交通ルールの順守を徹底してほしい」と呼びかけました。仙洞田岩沼警察署長は、子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全の確保などの重点項目3点を掲げ、「1件でも交通事故を減らせるよう、皆様のご協力をお願いしたい」とあいさつしました。
 小・中学校への交通安全メッセージの伝達やパトカーの出勤が行われ、交通安全意識を高めました。

9/26



▲オーラルフレイルの予防法を学びました

▲フレイル予防測定の様子

自分の体を大切にしよう
 〓フレイル予防大測定会〓
 西コミュニティセンターで、カラダみるCafeのスペシャル版として「フレイル予防大測定会」が開催されました。
 来場者は、理学療法士や保健師、管理栄養士などによるさまざまな運動機能測定や健康測定に参加し、自身の体の状態を確認したり、相談したりしました。
 高藤歯科医院の高藤康夫院長による「はじめよう！オーラルフレイル予防！」と題したミニ講話では、参加者がガムを使った咬合力チェックを体験し、噛む力の大切さを学びました。

10/1



▼餅つきの実演

▲追加席を用意するほどの盛況ぶりでした

玉浦つくしの催し
 〓玉浦ふるさと祭り〓
 玉浦コミュニティセンターで、「玉浦ふるさと祭り」が開催され、約350人の来場者でにぎわいました。同センター指定管理者の玉浦まちづくり協議会が、玉浦地区民の交流を図り、玉浦の文化を醸成することを目的とし、秋の収穫期に合わせ、初めて開催しました。
 来場者には新米を使用した福徳餅や防災かまどベンチで調理した芋煮が振る舞われ、太陽の下で楽しいひとときを過ごしました。
 芝生に設置された舞台では、昨年同センターを拠点として発足した岩沼ヴァイオリンJr.倶楽部による演奏や同地区の伝統芸能「早股熊野神楽」の発表などが行われました。