



上野綾夏さん
柳原地区

「趣味はドライブ！
色々な場所へ行くのが好きですね！」

E(エ)ネルギッシュな
E(イー)ヤマの皆さんを紹介します

5 月から始まった「ネット飯山の新番組「レッツゴー!まちつぶちゃん」で「まちつぶ」の声を担当している上野さん。きっかけは友人の紹介で始めたそうです。

これまでに声入れの経験はなく、最初は緊張していたそうですが、やっていくうちに「楽しくなってきました」と収録は順調の様子。それでも

Eひと発見!

いいひとはげん #63

「今はまだ原稿を読んでいる感じですので、最終的には「まちつぶ」になりきりたいですね」とさらに上達を目指しています。

普段は、長野市内の電話会社へ勤め、会社の電話受付を担当。電話の応対をする上で「的確な説明ではなく、相手の立場に立ってお話しするように」を心がけているそうです。お客さんから対応が良かったと感謝されることもあり「仕事の励みになります」と笑顔で話します。

昨年、菜の花公園で友人らと野外イベントを開催。次回はまだ未定ですが「今年も開催して飯山を若者で盛り上げたい」と意欲的。今後の活躍が期待される上野さんです。

健康メモ

予防接種で麻しん風しんを予防しましょう

子どもは、発育とともに外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性も高くなっていきます。麻しん又は風しんにかかると可能性は1歳から2歳の間が高いため、1歳になったらなるべく早めに1回目の予防接種を受けるようにしましょう。

麻しんワクチンも風しんワクチンも、1回目の接種で95%以上の子どもは免疫を得ることができますが、免疫がつかなかった場合や、年数がたつて免疫が下がってくるこ

とを予防するため、2回の接種になりました。予防接種・乳幼児カレンダーで日程を確認し、接種を受けましょう。

なお、平成19年に麻しん流行の中心となった高校生や大学生の世代は、幼児期に1度しか予防接種を受けていないため、予防効果が低くなっています。そのため、平成20年から5年間に限り、中学1年生と高校3年生の年齢に相当する方は、定期予防接種として接種を受けることができます。

また、第3期の中学生は各中学校において予防接種を実施します。第4期の高校3年生相当の年齢の方には保健センターにて予防接種を実施す

る。また、第3期の中学生は各中学校において予防接種を実施します。第4期の高校3年生相当の年齢の方には保健センターにて予防接種を実施す

飯山北高等学校 飯山高高等学校

体験入学のお知らせ

平成26年4月に予定している飯山(新)高等学校の開校を前に、平成24年度から先行募集を計画している探究科・スポーツ科学科の説明を含めた体験入学を、平成24年度入学希望者および保護者、中学校教職員を対象に以下の日程で開催します。

申込方法等詳しくは、各高等学校にお問い合わせください。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

【飯山北高等学校】

☎0264175

■日 7月28日(木)
■時間 午前8時15分 受付開始

■内容
・全体会(学科説明会(8時40分))
・体験授業(2科目選択(10時10分))
・部活動自由見学(11時50分)

【飯山高高等学校】

☎0264125

■日 7月29日(金)
■時間 午前8時30分 受付開始

■内容
・全体会(学科説明会(9時))
・授業体験(10時20分)

いいやま NPOセンター だより

いいやまNPOセンター事務局 ☎・FAX 62-7030

いいやま NPO センター 質問にもお答えします!

5月23日(月)、第8回いいやまNPOセンター総会が行われました。

総会では足立市長を来賓に迎え、保健・福祉の分野で活動している団体、まちづくり、スポーツ、子どもの健全育成など、各分野で活動している会員の方の活動紹介やPRなどを行い、また今後のNPOセンターとしての役割について意見交換なども行うことができ、有意義な総会となりました。今後も団体の方がよりよい活動ができるよう、センターとして取り組んでいきたいと思ひます。

いいやまNPOセンターは、地域で活動するNPO団体やNPOを支える人材が、より円滑な活動を進めるための基

礎(情報発信・ネットワークづくり・活動の指導・助言等)を整えるために設置されています。また、団体の活動に対する支援だけでなく、市民の皆さんのNPOについての質問や疑問にもお答えしています。例えば・・・

Q. NPOって何? どんな活動をするのか教えてほしい。
A. NPOの基礎をわかりやすくお答えします!
Q. NPO法人格を取得しての活動を考えているが、どうしたらよいか教えてほしい。
A. 設立の手順について、申請書類の指導・助言などの支援ができます。

Q. 飯山市にはどんなところがあるのか情報を教えてもらえる?
A. NPO会員の情報の他、ボランティア団体の紹介など可能な範囲でご紹介します。
Q. では、いいやまNPOセンターはどこにあるの?
A. 飯山市本町の飯山市福祉センター内にあります。

他にも、NPO関連の書籍や冊子、NPO会員資料などありますので、少しでもNPOやボランティアについて興味があれば、一度いいやまNPOセンターへ足を運んでください。団体の活動の支援はもちろんですが、市民の方の質問・疑問にもお答えします。

国民健康保険

シリーズ 248

特定健診が始まります

飯山市国民健康保険で行う特定健診が6月27日から始まります。

8月3日まで実施していますので、まだ受診の申し込みをされていない方は、各戸に配布済みの健康カレンダーで健診日程を確認のうえ、受診日までに申し込みをお願いします。

なお、特定健診の健診項目は、基本的な健診として
▽問診 ▽身体計測
▽理学的検査 ▽血圧測定
▽血液化学検査 ▽尿検査

の6項目について行い、医師が必要と認めた場合(一定の基準があります)には、
▽心電図検査 ▽眼底検査
▽貧血検査
も実施します。

また、飯山市国民健康保険で行う特定健診を受ける方は、次の①～③全てに該当する方です。

①平成23年4月1日現在飯山市国民健康保険に加入されている方
②今年度中に40歳～74歳になられる方
③引き続き飯山市国民健康保険に加入されている方

健診のお申し込み先
保健福祉課 健康増進係
☎0263111 内線182

7月

予防接種 乳幼児健診

☆会場はいずれも飯山市保健センターです☆
(☎62-3111 内線630)

乳幼児健診・離乳食教室

受付時間・・・午後1時～1時45分

- ◇4か月児 7月6日(水)平成23年2月生まれ
- ◇10か月児 7月13日(水)平成22年8月生まれ
- ◇1歳半 7月20日(水)平成21年12月生まれ
- ◇2歳児 7月4日(月)平成21年6月生まれ
- ◇3歳児 7月27日(水)平成20年6月生まれ

◇もぐもぐ離乳食教室

時間・・・午後2時～3時30分

7月11日(月)平成23年2月生まれ

◇かみかみ離乳食教室

時間・・・午前10時～11時30分

7月19日(火)平成22年8月生まれ

予防接種

受付時間・・・午後1時15分～2時

持ち物・・・母子健康手帳、予防票

◇麻しん風しん混合

(すでに麻しんまたは風しんにかかったことのあるお子さんも接種できますが、両方かかったことが明らかな場合接種の必要はありません)

・接種日および対象地区
7月7日(木) 全地区

①第1期・・・1歳～2歳になるまでに麻しん風しん混合ワクチンを1回接種

②第2期・・・5歳～7歳未満で小学校就学前1年の間(保育園の年長児)に混合ワクチンを1回接種

※接種後4週間は他の予防接種はできません

◇BCG

・接種日および対象地区
7月12日(火) 全地区

3か月～6か月になるまでに1回接種

※接種後4週間は他の予防接種はできません

◇日本脳炎

・接種日および対象地区
7月14日(木) 全地区
7月21日(木) 全地区

①1期初回・・・3歳～6歳になるまでに1～4週間間隔で2回接種

②1期追加・・・1期初回終了の翌年に1回接種(7歳半になるまでに)

※接種後1週間は他の予防接種はできません

◇三種混合

・接種日および対象地区
7月28日(木) 全地区

①1期初回・・・3か月～6歳半になるまでに3～8週間間隔で3回接種(2歳になるまでが望ましい)

②1期追加・・・1期初回の3回接種日から1年～1年半後に1回接種(7歳半になるまでに)

※接種後1週間は他の予防接種はできません