



お知らせ

毎年3月に行政区を通じて配布していましたが牛久市健康づくり情報・年間予定表「すこやか」\*は、今年度から広報うしく3月15日号内に差し込みますので、抜き取って保管し活用してください。

\*市内医療機関・歯科医療機関・休日や夜間に受診できる医療機関情報、健康診断等の情報を掲載しています。

## 市の保健師が「チヨダ地域保健推進賞」をいただきました！

保健師は、疾病の予防や健康増進など公衆衛生活動を行う地域の看護職です。

受賞を励みに、市民の皆さんのさらなる健康増進を目指して頑張ります。

### 受賞テーマ

#### ①市民の安全を守るため新型コロナワクチンの希釈・充填適正実施の取り組み ～充填ミスZEROを目指して～

市が実施主体となっている新型コロナワクチン接種には、ワクチン溶液の希釈過程があり、充填作業にも取り扱いに十分注意が必要である。そこで希釈・充填等の調整作業を適正に行い有効性のあるワクチンが提供できるようワクチン調整手順を作成し、市が実施するワクチン集団接種において充填ミスゼロに繋げた。

#### ②歯ッピー相談

##### (1・2歳児歯科相談事業)

1歳、2歳の節目に歯科衛生士、栄養士、保健師が、子育て全般の相談に応じながら、口腔衛生を保つ生活習慣の確立に向けた事業。

口腔衛生状態の確認を行い、むし歯の罹患率の減少を目指すとともに、子育てにおける切れ目のない支援の機会とし育児不安の軽減をはかる取り組みである。

〈チヨダ地域保健推進賞とは〉一般財団法人千代田健康開発事業団が各地域の保健師が地域保健の推進において成果を上げている活動に対して顕彰するもの。※一般財団法人千代田健康開発事業団…社会厚生事業を行うために「国民の健康を開発するための各種の活動を通じて、国民の保健と福祉に寄与する」ことを目的として、昭和41年10月31日に設立した財団法人。

## うしくかっぱつ体操普及員18回生が誕生しました

今年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、うしくかっぱつ体操普及員養成講座の期間が長期にわたりましたが、令和3年11月16日、7行政区に所属する8人の市民が講座を修了し、普及員としての第一歩を踏み出しました。

うしくかっぱつ体操は、牛久市オリジナルの転倒予防体操で、普及員が地区の自治会館等で元気に普及活動をしています。まだ経験のない方もぜひ体操に参加してみませんか？気さくで優しい普及員が、素敵な笑顔で迎えてくれます。

※感染症の状況により、地区活動が行えない場合がありますので、実施地区の日程については、健康づくり推進課までお問い合わせください。



【お問い合わせ】健康づくり推進課(保健センター) ☎内線1745(平日午前8時30分～午後5時15分)