

ワックくん健康通信

平成 29 年 3 月発行

発行元：鶴見福祉保健センター 第 33 号



犬の飼い主さんにお願い!



リードを付けて散歩をしましょう

「うちの子はおいこうだからリード無しで大丈夫」

「ちゃんとしつけているから平気だよ」

ちょっと待って！想像してみましょう…

「ワンコが苦手な人もいますよね」

「どんなにおいこうでもパニック時は迷子になる」

「びっくりして人を咬んでしまうかも」



トイレはおうちで済ませましょう

「うちの子は外でしかできないよ」

「面倒だからフン尿はそのまま見ないふい…」

ちょっと待って！想像してみましょう…

「おうちでできるようにしつけてみよう」

「自分の家の前にフン尿されたら嫌だな」

29 年度狂犬病予防注射について

29 年度狂犬病予防注射のお知らせを 3 月中旬にお送りします。

同封されている申請書をお持ちの上、

集合注射会場または動物病院で注射を受けてください。

お問い合わせ：鶴見福祉保健センター生活衛生課環境衛生係

TEL: 510-1845 FAX: 510-1718

活用しないともったいない！！



健診結果を 活用してみませんか！

年度に1回は健診を
受けましょう！



「健診は受けたけれど、結果をそのまま放置している」
ということはありませんか？

健診結果はあなたにとって大事なお宝。
うまく活用してみましょう！！

活用①

～自分の身体の変化を知る～

- 以前と比べて、健診結果はどのように変化していますか？採血の数値等の健診結果から目に見えない身体の変化がわかります。



活用②

～自分の生活を見直す～

- 以前と比べて数値等がよかった、悪かった…。自分の生活習慣で何か思い当たることはありますか？



活用③

～早期改善・早期治療～

- 健診結果で「要精査」「要医療」等の記載がある場合には、早めに医療機関を受診しましょう。
- 健診結果から気がついた自分の生活習慣、さっそく改善してみましょう。
- 特定健診を受けた後、生活習慣の改善が必要と判断された人には、特定保健指導のご案内が届きます。自分の健診結果に合わせたサポートが受けられますので、放置せず有効に活用しましょう！

区役所で実施している相談

- 区役所でも保健師や栄養士による個別健康相談（予約制）を実施しています。「自分だけでは難しい。」「話を聞いてみたい。」そのような時は、お気軽にご相談下さい。
- 健診の種類や受ける方法がわからない時もお相談下さい。



【お問合せ】福祉保健課健康づくり係

電話：510-1832