2019年度

# チャレンジ・デイキャンプ

## 「走ると咳が出る、夜や明け方にゼーゼー、ヒューヒュー苦しくなる かぜをひくと咳が長引く」 これって、ぜんそく？

空気のきれいな自然の中で、仲間と一緒にレクリエーションを楽しみながら、ぜんそくについて学んでみませんか？
医師や看護師が付添いますので、安心してご参加ください。

**対　象**　四日市市在住でぜんそくの症状がある、ぜんそくかもしれない保育園・幼稚園等の5歳児（年長）クラス～小学６年生のお子さまとその保護者

※４回すべてのプログラムに参加していただくことが目標になります。難しい場合は、少年自然の家で実施するデイキャンプ１回目・２回目はどちらか１回の参加でもＯＫです。
（7/20と12/14への参加は必須です。）

**定　員**　20組（応募多数の場合は、担当医師が選考します）

**申込方法**　「2019年度チャレンジ・デイキャンプ参加申込書」（四日市市役所ホームページ「環境保全課」の「イベント案内」からダウンロードできます）を記入の上 **2019年６月19日（水）まで**に環境保全課へ提出してください。
Ｅメール（kankyouhozen@city.yokkaichi.mie.jp）、ファックス（059-354-4412）での申し込みも可。

**参加者募集！**
**参加費無料**

気道の炎症をみる検査や運動による発作の有無をみる検査があり専門医から説明をうけることができます。また参加者には「ピークフローメーター」と「ぜんそくノート」を差し上げます。

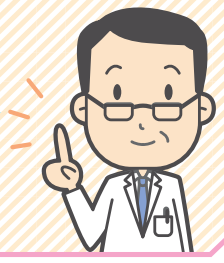
問合せ先：四日市市役所 環境保全課 公害保健係
☎059-354-8278

## 2019年度 チャレンジ・デイキャンプ スケジュール

| 日 時 | 場 所 | 内 容 | 詳 細（変更する場合があります） |
|---|---|---|---|
| 7月20日（土）<br>午後（2時間程度） | 三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ） | 問診<br>呼吸機能検査　など | ぜんそくの状態を評価します。 |
| 8月18日（日）<br>9時～16時 | 四日市市少年自然の家 | デイキャンプ<br>1回目 | 楽しい野外活動の中でぜんそくを乗り越えるコツを学びます。 |
| 11月10日（日）<br>9時～16時 | 四日市市少年自然の家 | デイキャンプ<br>２回目 | |
| 12月14日（土）<br>午後（2時間程度） | 三重北勢健康増進センター（ヘルスプラザ） | 問診<br>呼吸機能検査　など | がんばった成果を評価します。 |

### 担当医の声

普段、病院で「お薬をもらっているだけ」になっていませんか？お子さまと保護者の方がぜん息について楽しく学べるよい機会です。「ぜん息だからできない」から「ぜん息だから工夫してやってみよう」に変われるチャンスです！



### 参加者（子ども）の声

ぜんそくのほっさが起こった時にどうしたらいいかがわかってよかったです。あたらしい友だちもできてよかったです。

### 参加者（保護者）の声

先生からぜん息に対する具体的な対処方法や薬、環境対策などを教えていただき、どんどん「今できる予防策」が見えてきました。座談会では、他のご家庭の様子を知ることができて、気持ちが楽になりました。

◆ 環境再生保全機構は、四日市市が実施する「チャレンジ・デイキャンプ」をサポートしています。

ぜん息に関する心配ごとや悩みごとは”ぜん息電話相談室”まで専門医・看護師が対応いたします。

フリーダイヤル 0120-598-014
受付曜日・時間　月～土曜日（祝日を除く）10:00～17:00

ERCA
独立行政法人 環境再生保全機構　https://www.erca.go.jp/yobou/
〒212-8554 川崎市幸区大宮町1310番　ミューザ川崎セントラルタワー8F
TEL.044-520-9572　FAX.044-520-2134　法人番号8020005008491

大気環境・ぜん息などの情報館　検索

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
VEGETABLE OIL INK