



すこやか

■問合せ 健康づくり課 ☎ 24-2121



助成：R8.3/31まで



帯状疱疹ワクチンの予防接種はお早めに

R7.4月から、帯状疱疹の予防接種が定期接種となりました。

R7年度接種対象の人が助成を受けられるのは、R8.3/31までです。組み換えワクチンの助成を受けるには、1回目の接種を1月中に終える必要があります。

接種を希望する人は、お早めに接種を受けてください。

▶対象 ●R7.4/1～R8.3/31に、65・70・75・80・85・90・95・100歳以上になる人

※上記以外の人は、R8～11年度に対象年齢となった時に助成

●60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる障害のある人

▶ワクチンの種類

| 種類 | 助成回数 | 助成額 |
|------------------|------|-------------|
| 生ワクチン(ビケン) | 1回 | 4,000円 |
| 組換えワクチン(シングリックス) | 2回 | 10,000円/ 1回 |



▶申込方法 ①健康づくり課窓口・電話・市ホームページのいずれかで申し込み。
※市外医療機関で接種する人、または生活保護受給者は、窓口申請のみ。
②予診票を受け取り後、医療機関へ予約・接種。

赤ちゃんの誕生をお祝いして 『Happy Bag』プレゼント



市とパルシステム茨城 栃木は、連携・協働して子育て支援を推進するため、子育てに役立つパルシステム商品を詰め合わせた『Happy Bag』プレゼントのご案内を開始します。

12月からの赤ちゃん訪問の際に、お渡しするプレゼントカードに記載のQRからお申し込みの人へ、パルシステムがプレゼントをお届けします。

※R7.4月以降に赤ちゃんが生まれた家庭も対象となります。

12月中にSMS配信でお知らせします。

■問合せ 健康づくり課 ☎ 24-2121



※プレゼントの中身は変更となる場合があります

12月の健康カレンダー

会場：総合福祉センター
予約：健康づくり課 ☎ 24-2121

| 行 事 内 容 | 実 施 日 | 時 間 | 対 象 |
|-----------------------------|-------------|---------------------------|------------------------------------|
| 歯周病検診 | 6(土) | 10:00～15:00 | 20～80歳代の市民 (*予約制) |
| 乳がん検診 | 超音波 | 8(月) | 30～59歳の女性 (*予約制) |
| | マンモグラフィ | 11(木)・16(火) 9:30～15:00 | 40歳以上の女性 (*予約制) |
| 集団健康診査 | 12(金)・15(月) | 9:00～15:30 | 市民 (*予約制) |
| こころの相談 (精神保健相談員等の相談) | 26(金) | 9:30～12:00 | 市民 (*予約制) |
| 街頭献血(全血献血) 会場：ベイシア高萩モール店 | 18(木) | 13:30～16:00 | 希望する人 ※詳しくは、県赤十字血液センターHPをご覧ください |

ほうかつだより♪

介護まるごと相談所
地域包括支援センター
(高齢福祉課内)
いきいき応援センター



高齢者自身の生きがいづくりや介護予防、地域での支え合いを目的に、お手伝いを必要としている高齢者宅のごみ出し・掃除・買い物支援、福祉施設での活動補助などをボランティアとして行っています。
現在33人がセンターとして活動中。ぜひ、一緒に活動してみませんか。



散歩の付き添い・話し相手



施設での畑・花壇の手入れ

●センター登録方法●

下記、窓口で申し込み。
登録手続きをすると、
『いきいき応援
センター手帳』を
お渡しします。



▶対象 65歳以上の市民

活動に応じてポイントが付与されるため、楽しみながら活動できます。



▶ポイント制度 活動により、上限5,000円 / 年の現金を受け取れます。

または、市社会福祉協議会へ寄付することができます。

■問合せ 高齢福祉課 ☎ 22-0080

健 康 コ ラ ム

抗菌薬(抗生素質、抗生剤)を 正しく理解しよう

風邪をひいたとき、抗菌薬を服用すると早く治ると理解されている方がいますが、抗菌薬は細菌をやっつける薬ですので、風邪などのウイルスが原因の感染症には効果がなく、早く治ることもありません。

風邪に服用するなどの不適切な使い方をすると、耐性菌(薬が効きにくい菌)を作ってしまう

原因となり、その後の感染症予防や治療が難しくなるなどの問題が生じます。耐性菌を増やさないためには、「処方されたら最後まで飲み切る」「医師が不要と判断したときは抗菌薬を求める」「人からもらって抗菌薬を服用しない」などを守るようにしましょう。

県北医療センター高萩協同病院 外来看護師長 矢吹 貢一

この有料広告の収入で、まちづくり団体に助成しています。



2021年11月に開園した保育園です



★お問い合わせ(受付時間 8:00~17:00)
0293-44-6701
穂積・神永までお気軽に連絡ください

