

8月の健診・予防接種など

●健診等

事業	会場	日時	対象
乳児健診・BCG	◎	20日(金)午後	R3.3月生まれ
1歳6か月児健診	◎	23日(月)午後	R1.12月生まれ R2.1月生まれ
2歳児歯科健診	◎	31日(火)午後	H31.1月・2月生まれ
3歳児健診	◎	25日(水)午後	H30.2月生まれ
おとなの歯科検診 プレママ(妊婦)歯科 検診	◎	24日(火) 13時～15時	S26・S36・S46・S56 ・H3・H13年度生まれ の方、妊婦の方
すくすく広場	◎	23日(月)10時～11時30分	
乳児相談	◎	6日(金)10時30分～11時30分	
	◎	17日(火)9時30分～10時30分	

●予防接種

接種	会場	日程	受付時間
BCG	◎	20日(金)	13時10分～14時 ※完全予約制で す。希望の方は 申し込みください。
四種混合		5日(木)	
麻しん風しん混合		2日(月)	
水痘		3日(火)	
日本脳炎		4日(水)、19日(木)	
予約日		6日(金)	

◎=保健文化センター、◎=農村環境改善センターいずみの里
 ◎全ての健診と10か月乳児相談は個別通知をしています。
 すくすく広場以外の上記事業は予約制ですので、必ずご連絡ください。
 ◎健康相談・子育て相談は随時行っていますので、問い合わせください。

健康づくりの目標を立て、健診や市の健康・介護予防事業等に参加し、ポイントを集めて応募すると、抽選でクオカードや市の特産品が当たります。健康に良い生活習慣を身に付けられるだけでなく、抽選で景品が当たる楽しい企画です。健康ポイント手帳は、健康増進課、大網白里アリーナ、白里出張所等で配布しています。

◆運動教室が始まります

高血圧や脂質異常症・糖尿病などの生活習慣病予防を目的に運動教室を開催します。特定健診や人間ドックの結果が思わしくなかった方、結果を見て運動を始めてみようと思った方、これからの健診

▲健康ポイント手帳

増進課で申し込み。

▼申込方法＝電話または健康増進課で申し込み。
 ▼対象＝おおむね40歳以上の方(64歳まで)
 ▼申込方法＝電話または健康増進課で申し込み。

を良い結果にしたい方、気がなつた時が始めるきっかけです。お気軽にお問い合わせください。運動教室の参加は健康ポイント手帳のポイントとなります。
 ▼日時＝9月、11月(1コース5回)13時30分～14時30分
 ▼会場＝農村ふれあいセンターやまへの郷
 ▼対象＝おおむね40歳以上の方(64歳まで)

健康ポイント手帳をご存じですか

保健師だより

保健



問い合わせは
健康増進課
健康増進班
☎0475
(72)8321

大腸がん検診の検体提出日の訂正のお知らせ

大腸がん検診の受診希望者・昨年度大腸がん検診の受診者に配布した「令和3年 検体提出カレンダー：大腸がん検診」の内容に、一部誤りがありました。ご迷惑をお掛けして申し訳ありません。お詫びして訂正します。
 (訂正箇所)
 誤：9月9日(木) 保健センター
 正：9月9日(木) 保健センター、大網白里アリーナ
 ※9月9日(木)は、保健センター・大網白里アリーナの両方の会場で、大腸がん検診の検体提出を受け付けます。

風しん抗体検査クーポン券の有効期限を延長します

昭和37年4月2日、昭和54年4月1日生まれの男性に発行しているクーポン券の有効期限は、令和4年2月末日まで延長します。
 現在お持ちのクーポン券をそのまま使用することができ、訂正せずに抗体検査を希望する医療機関等へお持ちください。
 紛失等した方には再発行しますので、問い合わせください。

高齢者の肺炎球菌予防接種(定期接種)

対象者には個別通知でお知らせしています。接種は市内および県内の相互乗り入れに加入している医療機関で受けられます。なお、次の要件に当てはまる方には個別通知をしませんので、申し出ください。
 ・60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害I級相当の障害のある方
 ▼対象外＝すでに23価肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)を受けたことがある方

日本脳炎予防接種のワクチンの確保が難しい状況です

市では、3歳および4歳の誕生日を迎えた方に接種のお知らせをしていますが、日本脳炎ワクチンのシェアの大半を占めるメーカーで、生産工程の見直しのため生産ラインが停止されており、ワクチン供給の回復は令和4年の年明けごろとなる予定です。
 このため、当面、1期初回1、2回目の接種の方を優先します。4歳児の追加(3回目)および小学生の2期(4回目)の接種は待機をお願いします。ワクチンの供給が安定した時点で、接種のお知らせをします。
 なお、次の方は問い合わせください。
 ①7歳以上で1期3回分の接種を終えていない方
 ②12歳で2期(4回目)の接種を終えていない方
 ③平成14年4月1日生まれまで(20歳未満)で4回の接種を終えていない方
 ※今後の集団接種でも、接種日前日までにワクチンの供給が無い場合、予約した方でも、延期をお願いすることがあります。

予防接種のお知らせ

二種混合予防接種

小学6年生を対象に集団接種を実施します。日時指定制で、対象者には個別通知済みです。
 ▼日程＝8月27日(金)、30日(月)
 ※指定日時で都合がつかない場合は、他の日程または協力医療機関を案内します。
 ▼会場＝保健文化センター3階
 ▼持ち物＝母子健康手帳、予防票
 ※13歳未満の中学1年生で二

日本脳炎第2期予防接種

小学4年生を対象に夏休みに集団接種を予定していましたが、ワクチンの供給不足により、今年度は実施を見合わせます。ワクチンの供給が安定次第、実施のお知らせをします。
 ※次の方は問い合わせください。
 ・幼児期に3回受けたことが無い方
 ・2期(4回目)を受けていない12歳、18歳、19歳の方
 ※8月17日(火)、9月7日(火)の予約日予防接種は中止します

新型コロナワクチン接種を受ける場合、前後2週間は、他のワクチンは受けられません。

種混合接種を受けていない方は問い合わせください。

栄養士だより

健康づくりのボランティア(ヘルスマイト)募集

市では、ヘルスマイト(食生活改善推進員)が健康に良い料理を普及しています。
 ▶主な活動内容
 ・減塩料理の普及(資料やレシピの配布等)
 ・健康に関する講座の開催
 ・入会後は、年6回程度研修あり
 ▶年会費＝1,200円(8月現在)
 (養成講座)



養成講座を受講後、令和4年4月よりヘルスマイトとして活動できます。
 ▶日時

回	日時	内容
1	9月29日(水)	ヘルスマイトについて・市の健康状況について
2	10月27日(水)	食事バランスと栄養素・調理実習
3	11月24日(水)	糖尿病予防の食事・調理実習
4	12月22日(水)	歯の健康について・調理実習
5	1月11日(火)	フレイルを予防しよう・運動講習会
6	2月16日(水)	太巻き寿司を巻こう・ヘルスマイトとの交流

▶会場＝中央公民館
 ▶対象＝推進員の活動が可能で、全6回のうち5回以上に出席できる方
 ▶募集人数＝10人
 ▶申込方法＝電話または健康増進課で申し込み
 ▶参加費＝1,000円
 ※感染症対策のため、調理した料理は持ち帰りとなります。また、中止・延期となる場合があります。



良い歯と健康な歯肉で 歯っぴーライフ

料理コンクール「健康かみかみ弁当」に応募してみませんか

千葉県歯科衛生士会では、8020(ハチマルニイマル)運動を推進するため、「かむ子・のびる子・元気な子」料理コンクールを実施しています。規則正しい食生活と、丈夫な歯でゆっくり噛むことの習慣づくりを推奨していくために、「健康かみかみ弁当」をテーマに作品を募集します。夏休みにぜひお子さんやお孫さんと一緒に参加してはいかがでしょうか。
 ▶応募作品の要件
 ・子供向きのお弁当
 ・家庭や集団で利用できる
 ・よくかんで味わえるメニュー
 ・1人分600円前後の食材とする
 ・千葉県の農水産物を利用する
 ・手軽に作れる弁当メニュー
 ▶応募資格＝千葉県に在住・在勤・在学している方

▶応募方法＝所定の応募用紙に、お弁当のテーマ、料理名、2人分の材料、作り方、工夫した点やお勧めポイント(100字程度)を記入し、お弁当の写真(郵送の場合は裏面に氏名を記入)を添えて、郵送かメールで申し込み。
 ▶応募締切＝9月10日(金)※当日消印有効。
 ▶提出先
 〒261-0002
 千葉市美浜区新港32-17
 千葉県口腔保健センター内
 (一社)千葉県歯科衛生士会
 ☎chiba-dha@rapid.ocn.ne.jp
 ※応募用紙は歯科衛生士会にファクス(☎043(241)9903)で申し込むか、ホームページからダウンロードしてください。
 千葉県歯科衛生士会 検索