

平成27年度 荏崎市 健康カレンダー

お問い合わせ
荏崎市保健課
(保健福祉センター内)
23-4310

健康長寿を目指して、介護予防に取り組みましょう!

“健康寿命”を延ばすには筋力の低下をできるだけ遅らせ、要介護状態にならないよう「介護予防」に心がけた生活を送ることで。下記の教室等へ積極的に参加しましょう!!

健康長寿の6つのポイント



各種教室等

教室名	内容	場所	実施回数・時期
いきいき貯筋クラブ	健康体操を実施する教室です。専門の指導員が指導、支援します。	各町公民館	各町年6回
いきいき健口教室	全身の健康の入口でもある「口」のことについて学ぶ教室です。		各町年1回
シルバークッキング教室	管理栄養士による健康食の話や、実際に調理しながら健康食について学びます。	保健福祉センター	年22回(月2回)5月から実施予定
脳若返り教室	タブレット型コンピュータ【iPad(アイパッド)】を使った認知症予防のための脳トレーニング教室です。		
介護支援ボランティア	ボランティア活動を通じて社会参加し、自身の介護予防を図ります。※事前に研修を受講してもらいます。	各受入施設	自分の都合の良い時間1時間100ポイント(100円)
健康相談講座	健康についての相談にお答えします。要望により健康講座を開催します。	保健福祉センター等	※要望がある方は事前にご連絡ください。

●荏崎市地域包括センター(23-4313)

こんなときお役に立ちます!
・介護や健康に関する相談ごと
・権利を守ること
・地域のネットワークづくり

●もの忘れ相談センター(23-4464)

もの忘れが気になる方やその家族の相談、もの忘れの予防法や生活改善について相談に応じます。
相談日 毎月第2火曜日 AM9:30~PM4:00
(※相談日以外も随時受付)

対象者	趣旨に賛同される方
定員	20名(本年度新たに参加希望の方)
募集期間	4月1日(水)~5月20日(水)
内容	介護予防活動における高齢者へのサポート方法 介護予防活動の中で行う簡単な体操などの実技
日程・時間	1回目:6月4日(木) AM9:30~11:30 2回目:6月19日(金) PM1:30~3:30 3回目:7月3日(金) 4回目:7月17日(金)
場所	保健福祉センター

平成27年度シニア健康サポーター大募集
荏崎市では介護予防活動を行政とともにに行ない、地域の健康づくりを支援してくれるシニア健康サポーター養成を行っています。

成人保健指導事業

~生活習慣病予防を目指した健康づくり~
当たり前のように口にされている、「健康第一」という言葉。人間が生きるうえで基盤となる大切な事実です。そのためにも市の総合健診や健康教室・健康相談の保健事業をぜひご利用ください!!

一般健康相談	心や身体の健康に心配なことがあったら、保健師と話をしてみませんか?ひとりでは抱え込まず、相談してみましょう。ご家族の方からのご相談もお聞かせください。 ■日時:毎週月曜日、木曜日(AM9:30~PM4:00) ■場所:保健福祉センター
健康アップ教室	コレステロール値(中性脂肪)・血糖値・血圧値の気になる方、腹囲や体脂肪を減らしたい方にお勧めです。毎年、健診結果で指摘され、改善の見られない方は、ぜひご参加ください。栄養のバランスを見直し、運動の実践を通じて生活習慣を改善し、数年後に予測される重篤な病気を予防します。 ■日時:【前半グループ】9月~12月の毎週水曜日(計12回)【後半グループ】12月~3月の毎週木曜日(計12回) ■時間:AM9:30~(午前中終了) ■申込:事前予約制 ■場所:保健福祉センター
にらさきいきいきウォーキング(陸上ウォーキング教室)	日ごろ運動をする機会のない方、肥満が気になる方、正しいウォーキングスタイルを学びたい方など、この機会に仲間と一緒にウォーキングしてみませんか?体力を向上し、気分もリフレッシュしましょう。市内5.0km程度を歩きます。 ■内容:スポーツ推進委員による歩き方の指導、食生活改善推進員による健康食の試食など ■開催日時:詳細については決まり次第「広報にらさき」にてお知らせいたします。
こころの健康づくり	家庭でも社会でも常に多くのストレス要因にさらされている現代人にとって、心の健康を良好に保つことは容易ではありません。日ごろから自分のこころの状態に注意を向け、ケアしていくことが大切です。一人ひとりがお互いを理解し、支え合い、誰もが暮らしやすい地域づくりを目指しましょう。心配なことがあれば、一人で悩まず相談しましょう。 ■日時:随時 ■申込:事前予約制
訪問指導(家庭訪問)	生活習慣病を予防し、より健康的な生活を過ごしていただくため、保健師が皆さんの自宅へ向かい、健康に関する支援を行います。 ■日時:随時 ■申込:事前予約制
栄養相談	日ごろの食生活、食べ過ぎ、離乳食、好き嫌いや食事に関するご困りませんか?管理栄養士が食生活や栄養の悩みを解決するお手伝いを行います。お気軽にご相談ください。 ■日時:随時 ■申込:事前予約制
心の健康相談	気分の不調が続いたり、繰り返し起きたりする場合は心の病気が隠れていることがあります。医療にかかった方がいいのか迷ったらお早めにご相談ください。 ■実施日時:毎週月~金曜日(祝日を除く)(AM8:30~PM5:15)(中北保健所城北支所地域保健課23-3074)
女性健康相談窓口	女性特有の更年期障害、婦人科疾患などの健康に関する情報提供並びに相談。 ■実施日時:毎週月~金曜日(祝日を除く)(AM8:30~PM5:15)(中北保健所城北支所健康支援課23-3073)

総合健診

※7月上旬に健診キット(国保加入者と国保以外で過去3年以内に受診歴のある方)を送付予定です。
※国保以外の方で新規に総合健診または、がん検診を受診される場合は、事前に保健福祉センターまでご連絡ください。
※対象者の年齢は平成27年度(平成28年3月31日現在)内に到達する年齢で表記しています。
※混雑を避けるために対象地区を設定していますが、都合が合わず受診できない場合は、別日・別会場で受診していただいても構いません。
※国保以外の被扶養者の方の場合、市の特定健診を受診できる場合があります。詳しくは保健福祉センターまでご連絡ください。

健診日	対象地区	実施場所	受付時間	肺CT	歯科	託児	
7月14日(火)	円野	つぶらの会館	AM8:00~AM10:30		○		
7月15日(水)	清哲	清哲会館			○		
7月16日(木)	神山	神山体育館			○		
7月17日(金)	旭	旭体育館			○		
7月18日(土)	荏崎	保健福祉センター			○	○	
7月19日(日)				○	○	○	
7月26日(日)	未受診			○	○	○	
7月29日(水)	藤井	東京エレクトロン荏崎文化ホール	AM8:15~AM10:30	○	○	○	
7月30日(木)	中田・穴山			○	○	○	
7月31日(金)	未受診			○	○	○	
10月6日(火)	龍岡			龍岡体育館		○	
10月7日(水)	大草			大草ふれあいセンター	AM8:00~AM10:30		
10月8日(木)	穂坂	勤労青年センター		○			
10月17日(土)		保健福祉センター		○	○		
10月18日(日)				○	○	○	
10月22日(木)	未受診	東京エレクトロン荏崎文化ホール	AM8:15~AM10:30	○	○	○	
10月23日(金)				○	○	○	
10月24日(土)				○	○	○	
10月25日(日)		保健福祉センター	AM8:00~AM10:30	○	○	○	
11月14日(土)				○	○	○	

種類	対象者	自己負担金	検査内容	備考
特定健診	40~74歳の荏崎市国民健康保険に加入している方 (※荏崎市人間ドックを受診していない方)	1,500円	問診、身長、体重、BMI、腹囲、理学的検査、血圧、血液検査、肝機能検査、血糖検査、尿検査など	70歳以上は無料
一般健診	25~39歳、75歳以上	1,500円		
歯科健診	25歳以上	無料	問診、歯・歯周組織検査	
肝がん検診	25歳以上	1,000円	問診、腹部超音波検査	70歳以上は無料
胃がん検診	40歳以上	1,000円	問診、胃部レントゲン検査	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円	問診、PSA検査	70歳以上は無料
肺がん検診	胸部レントゲン検診 25歳以上(65歳以上の方は結核定期健康診査を含む)	500円	問診、胸部レントゲン又はCTの両方を受診することはできません	
		CT検診 40歳以上	2,000円	左記のとおり
		喀痰検診 40歳以上(喫煙指数が600以上の方)	1,000円	
骨粗しょう症検査	40、45、50、55、60、65、70歳の女性	1,000円	問診、骨密度量検査	70歳は無料
肝炎ウイルス検査	40歳以上で今までに受診歴のない方 (勸奨対象:本市の健診にて受診歴のない41、46、51、56、61、66歳の方)	500円	問診、HCV抗体検査及びHBs抗原検査	70歳以上は無料 勸奨対象者あり
大腸がん検診				
乳がん検診				
子宮がん検診				

詳細は別途記載内容をご覧ください。

ドック

※予約前に受診券の発行が必要となります。
※総合健診を受診される方は人間ドックを受診することはできません。
※人間ドックは前年度受診している場合は受診できません。
※対象者の年齢は平成27年度(平成28年3月31日現在)内に到達する年齢で表記しています。
※申込時(受診券発行時)にご本人及び世帯主の市税等の納付確認をさせていただきます。

対象者	公費負担額	人間ドック		受診券発行	予約方法	受診期間
		指定医療機関	受診券発行			
40~74歳で荏崎市国民健康保険に加入している方	男性:23,000円 女性:28,000円	<ul style="list-style-type: none"> ○荏崎市国民健康保険 荏崎市立病院 ○医療法人聴心会 荏崎相互病院 ○地域医療機構山梨病院健康管理センター ○山梨県厚生連健康管理センター ○甲府共立病院総合健診センター ○石和温泉病院 クアハウス石和 	事前に保健福祉センターにて発行 ○持ち物 健康保険証 ○受付期間 平成27年4月1日(水)~12月11日(金)	直接医療機関へ予約	平成28年3月31日(木)まで	
対象者	公費負担額	指定医療機関	受診券発行			
50歳以上の市民	10,000円	<ul style="list-style-type: none"> ○医療法人 秋山脳外科 ○荏崎市国民健康保険 荏崎市立病院(人間ドックとセット受診のみ可能) 				

大腸がん検診

種類	対象者	自己負担金	検査内容	備考
大腸がん検診	25歳以上	500円	問診、便潜血検査	70歳以上は無料
【年齢(年度末年齢)】	【クーポン対象者】	自己負担金	検査内容	備考
40歳(41歳)	昭和49年(1974)4月2日~昭和50年(1975)4月1日	無料	問診、便潜血検査	クーポン券は7月上旬に送付予定
45歳(46歳)	昭和44年(1969)4月2日~昭和45年(1970)4月1日			
50歳(51歳)	昭和39年(1964)4月2日~昭和40年(1965)4月1日			
55歳(56歳)	昭和34年(1959)4月2日~昭和35年(1960)4月1日			
60歳(61歳)	昭和29年(1954)4月2日~昭和30年(1955)4月1日			

子宮がん検診

種類	対象者	自己負担金	検査内容	備考	
子宮がん検診	頸部 20歳以上の女性	2,000円	問診、細胞診検査	70歳以上は無料	
	頸部 医師の判断により検診が必要と認められた方	2,800円 (内800円は医療機関へ支払)			
【年齢(年度末年齢)】	【クーポン対象者】	自己負担金	検査内容	備考	
20歳(21歳)	平成6年(1994)4月2日~平成7年(1995)4月1日	無料	問診、細胞診検査	新規勸奨対象者	
過去にクーポン券未利用者かつ市のがん検診未受診者	22歳(23歳)				平成4年(1992)4月2日~平成5年(1993)4月1日
	25歳(26歳)				平成元年(1989)4月2日~平成2年(1990)4月1日
	27歳(28歳)				昭和62年(1987)4月2日~昭和63年(1988)4月1日
	30歳(31歳)				昭和59年(1984)4月2日~昭和60年(1985)4月1日
	32歳(33歳)				昭和57年(1982)4月2日~昭和58年(1983)4月1日
	35歳(36歳)				昭和54年(1979)4月2日~昭和55年(1980)4月1日
	37歳(38歳)				昭和52年(1977)4月2日~昭和53年(1978)4月1日
	40歳(41歳)				昭和49年(1974)4月2日~昭和50年(1975)4月1日
	検診日				検診場所
	随時実施	指定医療機関	事前に保健福祉センターまたは総合健診会場にて発行できます。下記の持ち物をお持ちください。 ○持ち物 健康保険証、自己負担金 ○受付期間 平成27年4月1日(水)~12月11日(金)	直接医療機関へ予約	受診券、問診票 【クーポン対象】 クーポン券 問診票 健康保険証
◎受診期間 平成27年4月1日(水)~平成28年1月30日(土)	※医療機関一覧を受診券発行時、クーポン対象者にはクーポン送付時同封いたします。				

乳がん検診

種類	対象者	自己負担金	検査内容	備考	
乳がん検診	視触診+エコー 25~39歳、40歳以上の偶数歳の女性	1,000円	問診、超音波	70歳以上は無料	
	視触診+マンモグラフィ 41歳以上の奇数歳の女性		問診、X線検査		
【年齢(年度末年齢)】	【クーポン対象者】	自己負担金	検査内容	備考	
40歳(41歳)	昭和49年(1974)4月2日~昭和50年(1975)4月1日	無料	問診、X線検査	新規勸奨対象者	
過去にクーポン券未利用者かつ市のがん検診未受診者	42歳(43歳)				昭和47年(1972)4月2日~昭和48年(1973)4月1日
	45歳(46歳)				昭和44年(1969)4月2日~昭和45年(1970)4月1日
	47歳(48歳)				昭和42年(1967)4月2日~昭和43年(1968)4月1日
	50歳(51歳)				昭和39年(1964)4月2日~昭和40年(1965)4月1日
	52歳(53歳)				昭和37年(1962)4月2日~昭和38年(1963)4月1日
	55歳(56歳)				昭和34年(1959)4月2日~昭和35年(1960)4月1日
	57歳(58歳)				昭和32年(1957)4月2日~昭和33年(1958)4月1日
	60歳(61歳)				昭和29年(1954)4月2日~昭和30年(1955)4月1日
	検診日				検診場所
	7月24日(金)	保健福祉センター	事前に保健福祉センターまたは総合健診会場にて発行できます。下記の持ち物をお持ちください。 ※クーポン対象者も予約が必要となりますのでご注意ください。 ○持ち物 健康保険証、自己負担金 ○受付期間 平成27年4月1日(水)~12月11日(金)	事前予約	受診券 問診票
7月27日(月)	保健福祉センター				
7月31日(金)	東京エレクトロン荏崎文化ホール				
8月5日(水)	保健福祉センター				
8月21日(金)	保健福祉センター				
9月12日(土)	保健福祉センター				
10月9日(金)	保健福祉センター				
10月15日(木)	保健福祉センター				
10月23日(金)	東京エレクトロン荏崎文化ホール				
10月28日(水)	保健福祉センター				
10月30日(金)	保健福祉センター				
11月15日(日)	保健福祉センター				
11月19日(木)	保健福祉センター				
12月18日(金)	保健福祉センター				
1月15日(金)	保健福祉センター				
別日程(詳細は受診券発行時またはクーポン券送付時にお知らせいたします。)	荏崎市立病院/PM1:30~		検診日8日までに保健福祉センターにて予約 直接医療機関へ予約		

母子保健事業

お問い合わせ
 韮崎市保健課
 (保健福祉センター内)
 23-4310

韮崎市では、お母さんとお子さんの健康を守るために、次のような事業をしています。

※母子健康手帳は、母と子の大切な記録です。成長など書きとめるとともに、学級、健診、相談にこられる際は必ず持参してください。

■母子健康手帳交付・妊婦相談

母子健康手帳を交付し、妊婦相談を行います。

交付曜日等 月曜日、木曜日(AM9:30～PM4:00)
 場 所 保健福祉センター

■不妊症対策支援事業

不妊治療費の一部助成
 (※対象者要件がありますので、詳しくはホームページ又は、保健福祉センターまでお問い合わせください。)

■妊婦一般健康診査受診票交付

県内の委託医療機関において妊娠中に使用することができます。(県外の医療機関を受診する際はお問い合わせください。)

※市外へ転出した場合は受診票が使用できませんので、転出先の市町村へご相談ください。

■不妊(不育)専門相談センター(ルピナス)

不妊に悩む夫婦を対象とした相談、情報提供

相談日時 毎週水曜日(PM3:00～PM7:00)

連絡先 055-223-2210

■にこにこ子育て相談室(要予約)

お子さんの気になる成長発達、食事などについて、保健師や管理栄養士が個別に相談いたします。電話相談も随時行っています。

場 所	保健福祉センター		
持ち物	母子健康手帳		
時 間	AM9:30～PM16:00		
相談日	4月17日(金)	10月 9日(金)	
	5月 8日(金)	11月13日(金)	
	6月12日(金)	12月11日(金)	
	7月10日(金)	1月 8日(金)	
	8月 7日(金)	2月12日(金)	
	9月11日(金)	3月11日(金)	

■育児学級(要予約)

出産後の様子や育児のことなどを語り合いましょ。

場 所	保健福祉センター		
持ち物	母子健康手帳		
時 間	PM1:30～2:30		
実施日	5月 8日(金)	11月13日(金)	
	8月 7日(金)	2月12日(金)	



■パパ・ママ学級(要予約)

妊娠、出産、育児に必要な知識について実技を交えてお話しします。なお、1コース3回の予約制となっており、日程等は下記のとおりです。

回数	1回目	2回目	3回目 (ご夫婦でご参加ください。)
場 所	保健福祉センター(2階)		
持 ち 物	母子健康手帳		
内 容	妊産婦の食事、 妊婦体操	赤ちゃん抱っこ体験、 母乳栄養、 母乳マッサージ、 プレスト診断	新生児の育児について、 分娩の経過、 呼吸法、沐浴実習
受付時間	PM1:15～PM1:30	PM1:15～PM1:30	AM8:45～AM9:00
Aコース	5月7日(木)	6月17日(水)	7月4日(土)
Bコース	7月8日(水)	8月19日(水)	9月5日(土)
Cコース	9月2日(水)	10月21日(水)	11月7日(土)
Dコース	11月4日(水)	12月16日(水)	1月9日(土)
Eコース	1月6日(水)	2月17日(水)	3月5日(土)

★パパママ学級・にこにこ子育て相談室・育児学級は事前にお電話でご予約下さい。

■各種相談

～お子さんのこんなところで心配なことはありませんか?～

お子さんは、いろいろな能力を身につけながら、成長していきます。その成長は、一人ひとり違うのが当たり前で、子育ての途中では、ちょっと気になることはたくさんあります。落ち着かない、友達とうまく遊べない、会話になりにくい、かんしゃくをよくおこすなど、同年齢の子どもたちと比べて、気になることや子育てをするうえで心配なところはありますか?

市では専門スタッフによる言語相談・心理相談・療育相談・歯科相談を行っています。お子さんにあった子育ての方法について一緒に考えましょう。ご家族だけで悩まず、ぜひ保健福祉センターまでご相談ください。

■韮崎市愛育会

全町各地区から2名の班員が選出され町毎に活動を行っています。

「愛育班活動」とは、健康づくりを目的に、地域の人々すべての方を対象に行政との連携、協働によって健康で住みよいまちづくりを目指しています。



- 各町の活動は?
 *愛育だよりの発行
 *健康づくりのための声かけ・訪問
- *地域ふれあい教室
 *健診へのお誘い
 *総合健診時の託児

■食生活改善推進員会

「私達の健康は私達の手で」をスローガンに食を通じた健康づくりのボランティアとして日々活動しています。食生活改善推進員の一人ひとりの豊かな感性と知性と経験を結集し、食生活の観点から地域の輪を広げていきます。



- 各町の活動は?
 *親子の料理教室
 *男性の料理教室
 *生活習慣病予防の講座・料理講習
- *市イベント、各地区事業への協力
 *食生活改善推進員の養成



■乳児健診(4か月児健診)

内 容 身体計測、小児科医診察、個別相談
 受付時間 PM13:00～PM13:15
 場 所 保健福祉センター
 持ち物 母子健康手帳、健康保険証、
 印鑑、バスタオル

健診日	対象児
4月28日(火)	平成26年12月生
5月27日(水)	平成27年1月生
6月23日(火)	2月生
7月29日(水)	3月生
8月25日(火)	4月生
9月30日(水)	5月生
10月27日(火)	6月生
11月25日(水)	7月生
12月22日(火)	8月生
1月27日(水)	9月生
2月23日(火)	10月生
3月23日(水)	11月生

■幼児健診(1歳6か月児健診)

内 容 身体計測、小児科医診察、
 歯科医診察、
 発達チェック、個別相談
 受付時間 PM13:00～PM13:15
 場 所 保健福祉センター
 持ち物 母子健康手帳、健康保険証、
 印鑑、バスタオル

健診日	対象児
4月15日(水)	平成25年9月生
5月19日(火)	10月生
6月10日(水)	11月生
7月14日(火)	12月生
8月12日(水)	平成26年1月生
9月15日(火)	2月生
10月14日(水)	3月生
11月17日(火)	4月生
12月 9日(水)	5月生
1月19日(火)	6月生
2月10日(水)	7月生
3月 8日(火)	8月生

■新生児訪問

(※出生届出時、出生連絡票(緑色ハガキ)を市役所市民課に提出してください。)
 保健師・助産師が家庭を訪問し、身体計測、育児相談を行います。

■乳児一般健康診査受診票交付

1歳の誕生日の前日までに2回、県内の委託医療機関において健診ができます。

交付時期 (1枚目)母子健康手帳交付時
 (2枚目)4か月児健診時

※委託医療機関についてはお問い合わせください。

※市外へ転出した場合は受診票が使用できませんので、転出先の市町村へご相談ください。

■すくすく教室(7か月)

内 容 身体計測、離乳食指導・試食、個別相談
 受付時間 PM13:00～PM13:15
 場 所 保健福祉センター
 持ち物 母子健康手帳、バスタオル

健診日	対象児
4月22日(水)	平成26年9月生
5月20日(水)	10月生
6月17日(水)	11月生
7月22日(水)	12月生
8月19日(水)	平成27年1月生
9月16日(水)	2月生
10月21日(水)	3月生
11月18日(水)	4月生
12月16日(水)	5月生
1月13日(水)	6月生
2月17日(水)	7月生
3月 9日(水)	8月生

■のびのび教室(2歳児)

内 容 身体計測、親子遊び、歯科相談、
 言葉に関する相談、個別相談
 受付時間 PM13:00～PM13:15
 場 所 保健福祉センター
 持ち物 母子健康手帳、バスタオル、
 子ども用の歯ブラシ

教室日	対象児
4月14日(火)	平成25年3月生
5月12日(火)	4月生
6月 9日(火)	5月生
7月 7日(火)	6月生
8月 4日(火)	7月生
9月 8日(火)	8月生
10月 6日(火)	9月生
11月10日(火)	10月生
12月 8日(火)	11月生
1月12日(火)	12月生
2月 9日(火)	平成26年1月生
3月 1日(火)	2月生

■よちよち教室(11か月)

内 容 身体計測、事故防止、心肺蘇生法、
 栄養相談、絵本の配布
 受付時間 PM13:00～PM13:15
 場 所 市民交流センター(ニコリ)2階図書館
 おはなしコーナー
 持ち物 母子健康手帳、バスタオル

健診日	対象児
4月23日(木)	平成26年5月生
5月26日(火)	6月生
6月25日(木)	7月生
7月23日(木)	8月生
8月27日(木)	9月生
9月17日(木)	10月生
10月22日(木)	11月生
11月19日(木)	12月生
12月17日(木)	平成27年1月生
1月26日(火)	2月生
2月24日(火)	3月生
3月15日(火)	4月生

■幼児健診(3歳児健診)

内 容 身体計測、小児科医診察、
 歯科医診察、発達チェック、
 個別相談
 受付時間 PM13:00～PM13:15
 場 所 保健福祉センター
 持ち物 母子健康手帳

教室日	対象児
4月21日(火)	平成24年3月生
5月13日(水)	4月生
6月16日(火)	5月生
7月15日(水)	6月生
8月18日(火)	7月生
9月 9日(水)	8月生
10月20日(火)	9月生
11月11日(水)	10月生
12月15日(火)	11月生
1月20日(水)	12月生
2月16日(火)	平成25年1月生
3月16日(水)	2月生



予防接種当日の持ち物	接種料
母子健康手帳、予診票	無料(全額公費負担)

■予診票について

生後2か月までに乳幼児の保護者様へ予防接種手帳を送付します。紛失・転入等の場合は、窓口にて予診票を交付しますので、母子健康手帳をご持参のうえ、保健福祉センターまでお越し下さい。
 ※予防接種手帳に添付されていない、予診票(二種混合、麻しん風しん混合(2期)、
 日本脳炎(2期))は接種動員時期に対象の方へ送付いたします。

■接種方法等

すべての予防接種が医療機関による個別接種となります。接種の前には、必ず予約をお願いします。なお、予防接種の種類によって、接種することができる医療機関が異なります。市内医療機関については、予防接種手帳送付時にご案内しておりますが、市外の医療機関で接種を希望する場合など詳細についてはお問い合わせください。

※すべての定期予防接種において、予防接種法に定められている年齢、間隔を過ぎると、接種料は全額自己負担となりますので、ご注意ください。ただし、長期にわたり医療を必要とする疾病にかかったこと等により定期接種を逃した方は、保健課へご相談ください。

■予防接種一覧表

予防接種の種類	接種回数	接種をお勧めする年齢・時期	予防接種法で定められた年齢 (公費で接種できる年齢)	接種間隔	別の予防接種をする場合の間隔
ヒ ブ	初回	3回 生後2か月～7か月に至るまでに開始 (初回接種は1歳に至るまでに完了)	生後2か月～ 生後60か月(5歳)に至るまで	接種開始年齢によって接種回数が異なります。生後7か月以降に接種する場合の回数や間隔は、保健課へお問い合わせください。	6日以上
	追加	1回 <2か月～7か月で初回接種を開始した場合> 初回3回目接種終了後、7か月～13か月後までに接種	<2か月～7か月で初回接種をした場合> 初回3回目接種終了後、7か月以上の間隔を置いて接種		
小 児 用 肺 炎 球 菌	初回	3回 生後2か月～7か月に至るまでに開始 (初回接種は1歳に至るまでに完了)	生後2か月～ 生後60か月(5歳)に至るまで	接種開始年齢によって接種回数が異なります。生後7か月以降に接種する場合の回数や間隔は、保健課へお問い合わせください。	6日以上
	追加	1回 <2か月～7か月で初回接種を開始した場合> 初回3回目終了後60日以上の間隔をおき、 生後12か月(1歳)～15か月の間に接種	<2か月～7か月で初回接種を開始した場合> 初回3回目接種終了後、 60日以上の間隔をおき、1歳以降に接種		
四 種 混 合 (ジフテリア(百日せき) 破傷風(不活化ポリオ) ※三種混合、不活化 ポリオ単独も同様)	1期 初回	3回 生後3か月～12か月に達するまで	生後3か月 ～90か月(7歳6か月)に至るまで	20日以上の間隔を置いて、 3回接種	6日以上
	1期 追加	1回 1期初回接種(3回)終了後、 12か月(1歳)～18か月に達するまで		初回接種(3回)終了後、 6か月以上の間隔をおく	
B C G	1回	生後5か月～8か月に達するまで	生後12か月(1歳)に至るまで		27日以上
麻しん風しん 混 合 (MR)	1期	1回 1歳になったら、なるべく早めに接種	生後12か月(1歳) ～24か月(2歳)に至るまで		27日以上
	2期	1回 年長児 4月～6月	小学校に入学する前の1年間(年長児)		
水 痘 (水ぼうそう) ※水ぼうそうの罹患率は対象外	1回目	生後12か月(1歳)～15か月に達するまで	生後12か月(1歳) ～36か月(3歳)に至るまで		27日以上
	2回目	1回目接種終了後、 6か月～12か月までの間隔を置いて接種		1回目接種後、 3か月以上の間隔をおく	
日 本 脳 炎	1期 初回	2回 3歳	生後6か月 ～90か月(7歳6か月)に至るまで	6日以上の間隔を置いて、 2回接種	6日以上
	1期 追加	1回 4歳 (1期初回終了後、1年経過後)		初回接種終了後、 6か月以上の間隔をおく	
二 種 混 合 (ジフテリア(破傷風))	2期	1回 9歳以上13歳未満			6日以上
	2期	1回 11歳以上13歳未満			
子宮頸がん予防ワクチン (HPV)(※1)	3回	中学1年生の女子	小学6年生～高校1年生相当年齢の女子	接種するワクチン会社によって、 間隔が異なります。	6日以上

※1:子宮頸がん予防ワクチンは、平成25年6月より積極的勧奨を中止しています。

■高齢者の予防接種(接種費用の一部助成)

◎インフルエンザ

インフルエンザウイルスの飛沫感染によって起こる病気で、予防接種により重篤な合併症や重症化を予防する効果が期待できます。

対 象 者 :65歳以上の市民
 (※60歳～64歳の方で心臓やじん臓、呼吸器等に1級程度の障害がある方)
 接種期間 :10月1日(木)～平成28年1月31日(日)
 接種方法 :詳細については決まり次第お知らせいたします。また、「広報にらさき」(10月号)にも掲載予定ですのでご覧ください。

◎肺炎球菌ワクチン

肺炎球菌は、肺炎、気管支炎、副鼻腔炎、中耳炎、髄膜炎などを引き起こす細菌の一つです。予防接種により重篤な合併症や重症化を予防する効果が期待できます。

対 象 者 :65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の市民で過去に一度も接種されたことが無い方
 (※60歳～64歳の方で心臓やじん臓、呼吸器等に1級程度の障害がある方)
 接種期間 :4月1日(水)～平成28年3月31日(木)
 接種方法 :「広報にらさき」(4月号)をご覧ください。
 ※任意接種の場合も一部助成しておりますので、詳細については保健課までお問い合わせください。

★いずれの健診・教室も欠席の際は、保健福祉センターまでご連絡下さい。