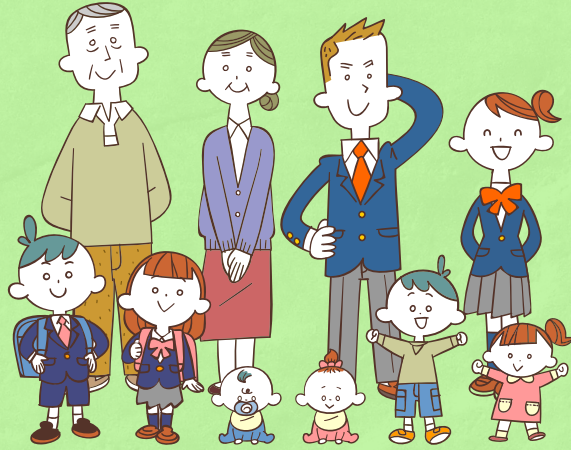


流行前の予防接種で重症化を防ぎましょう

# インフルエンザの 予防接種費用を助成します



インフルエンザは例年11～12月頃に流行が始まります。特に子ども、高齢者や慢性疾患のある人などがウイルスに感染すると、肺炎を併発して重症化することがあります。

流行前に予防接種を受け重症化を防ぎましょう。

問 健康づくり課 ☎ (22) 2111 (内線242・388)

## 助成対象者

	子ども	高齢者
対象年齢	平成16年4月2日以降に生まれた生後6カ月から15歳(中学3年生)	65歳以上の人(満年齢) ※60歳以上65歳未満の人で、一定の障害がある人も対象。
助成期間	2020年(令和2年)3月31日まで	
助成金額	1人1回につき1,000円を助成(2回まで) ※医療機関で、かかった費用から1,000円を差し引いた金額をお支払いください。	1人1回のみ自己負担額1,000円 ※生活保護受給者は無料。被保護者証明書をお持ちください。

- ・ 次に該当する人は接種を受けられません。
  - ・ 明らかに発熱がある
  - ・ 重篤な急性疾患にかかっていることが明らか
- ・ この予防接種に含まれる成分によってアナフィラキシーを起こしたことが明らか以前、この予防接種を受けたとき、2日以内に発熱、発疹、じんましんなどアレルギーと見られる異常があった
- ・ 過去に免疫不全の診断がされている

### 受ける前に注意することは？

医療機関へ連絡し確認・予約を行った上で、保険証、免許証、母子健康手帳などをお持ちいただき接種を受けてください。予診票は医療機関にありますので、記入して提出してください。

### どうやって受けるの？

## インフルエンザ予防接種を受けられる市内の医療機関一覧

高齢者は下記の全ての医療機関で接種可能です。

医療機関名	電話番号	子どもの接種可能年齢
北信総合病院	22-2151	生後6カ月から 中学3年生まで
今井こども医院	24-7755	
くまき整形外科・リウマチ科クリニック	23-1301	
高橋医院	26-2171	
長谷川クリニック	26-7700	
はんだクリニック	38-0861	
アライクリニック	24-0601	
飯田医院	22-2653	1歳から 中学3年生まで
徳竹医院	22-3202	
西原医院	22-3007	
丸谷医院	26-0077	
三沢クリニック	22-5522	
渡辺耳鼻咽喉科医院	26-5733	

医療機関名	電話番号	子どもの接種可能年齢
さかえクリニック	23-2405	3歳から 中学3年生まで
市川内科医院	22-3366	小学1年生から 中学3年生まで
高野医院	22-6810	
南谷整形外科	22-7722	
油井内科医院	26-1241	中学生のみ
小田切医院	22-3054	
すずきレディースクリニック	24-7887	13歳から中学3年生まで 中学3年生のみ
関整形外科	22-6170	
広田医院	22-6661	
須藤医院	22-3746	
佐藤病院	38-3311	

※市外の医療機関をご希望の方は、事前に健康づくり課までご連絡ください。

# 行ってみよう! やってみよう! シニア情報



65歳以上の方が参加できる、介護予防のための各種健康講座を開催します。この他にも各種の講座・教室がありますので、詳しくはお問い合わせください。

問 高齢者支援課 ☎(22)2111(内線366)



## わかがり教室

自宅で行える運動、脳トレ、栄養やお口の健康などについて仲間づくりをしながら楽しく学べる教室です。申し込みが必要です。

健康づくりポイント対象

- ▶ 期日 11月13日(水)から  
週1回、全12回開催(約3カ月間)
- ▶ 時間 午前9時30分～11時30分
- ▶ 会場 北部公民館

※2018年度教室参加者は参加できません。  
※送迎はありません。



## さんさん講座

音楽、体操、健康に関する講話など毎回いろいろなテーマで介護予防講座を開催してま  
す。申し込みは不要です。※送迎はありません。

- ▶ 日時 10月18日(金) 午前10時～11時30分
- ▶ 内容① 「知って得する! シニア世代がとりたい栄養」
- ▶ 内容② 「みんなで歌おう②」
- ▶ 会場 中野保健センター

- ▶ 日時 11月8日(金) 午前10時～11時30分
- ▶ 内容 「健康長寿の秘訣は仲間づくりと体力づくりから」  
～仲間を楽しめる脳トレ、体操～
- ▶ 会場 中野保健センター
- ▶ 持ち物 運動のできる服装、飲み物、上履き、タオル

健康づくりポイント対象

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線242)

## ▼保健だより

### 特定・いきいき健診

追加健診を実施します。

期日 11月1日(金)

受付時間 午前9時～10時30分  
午後1時～2時30分

会場 中野保健センター

※健診票がない人、申し込みをしていない人は、お問い合わせください。

### 人間ドック等助成額

10月1日の受診分から、助成額が変わります。

<変更前> <変更後>

日帰り 19,900円→20,300円

一泊二日 33,400円→34,100円

がんドック 33,400円→34,100円

問 福祉課 ☎(22)2111(内線304)

### 健康相談

保健師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じます。お気軽にご相談ください。

期日 毎週水曜日

時間 午前10時～11時30分

会場 中野保健センター

内容 血圧測定、身体計測、栄養相談、歯科相談、育児相談など



### こころの健康相談

こころに関するさまざまな相談に個別に応じます(無料・予約制)。

秘密は固くお守りします。

期日 10月11日(金)

時間 午後2時～4時

会場 中野保健センター

※相談日の2日前までに健康づくり課へお申し込みください。

※健康づくり課窓口ではいつも相談を承ります。

電話健康相談所 ☎0269(23)0300 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日、年末年始を除く)

休日緊急診療所 ☎0269(23)2255