

高齢者肺炎球菌予防接種を受けましょう

対象 平成30年度に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる方
※対象者には、4月中旬に個別に案内はがきを発送します。このはがきを、接種をするときに医療機関に提出してください

※60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害のある方(身体障害者手帳1級相当)も対象になります

※過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがある方(任意接種も含む)は対象外です

接種場所 ①鶴ヶ島市、坂戸市内の実施医療機関(4月号折込みの「高齢者の予防接種のご案内」参照) ②①以外の埼玉県内の指定医療機関

個人負担金 3000円

※市民税非課税世帯(同じ世帯の全員が非課税)の方で、事前に保健センターへ申請された場合は免除されます。生活保護世帯の方は「生活保護受給証」を、中国残留邦人等支援給付制

度適用者の方は「中国残留邦人等支援受給者本人確認証」を医療機関に提示することで、個人負担金が免除されます。

任意接種の高齢者肺炎球菌ワクチン接種助成事業について

65歳以上の定期接種対象以外の方に、任意接種の費用助成を行っています。

助成額 3000円(生活保護世帯の方、中国残留邦人等支援給付制度適用者の方は8000円を限度)

助成の方法 ①鶴ヶ島市、坂戸市内の実施医療機関では、接種費用の支払いの際に手続きをします。②鶴ヶ島市、坂戸市以外の医療機関で接種した場合には、保健センターに問い合わせの上、申請手続きをください。

注意事項 この助成事業は、一度限りの助成となります。過去に定期接種を受けた方、および任意接種で助成を受けた方は除きます。

新社会人応援献血キャンペーン



新社会人の方が県内の事業所や献血ルーム、献血バスで献血にご協力をいただくと、埼玉県限定の「シミとりペン(携帯できる衣類用シミとり剤)」がもらえます。

日時 4月1日(日)～6月30日(土)

場所 県内事業所・献血ルーム・献血バス

内容 400ml・200ml・成分献血

持ち物 本人確認書類(運転免許証など)お持ちください。

乳幼児すこやか相談

対象 未就学児とその保護者・妊婦

日時 4月13日(金)
(受付9時30分～10時30分)

場所 保健センター

内容 身体計測・保健相談・母乳相談・栄養相談・歯科相談

持ち物 母子健康手帳



食べ方改革



健康応援団 159

今冬の野菜価格の高騰は、異常気象が大きな原因ですが、生産者の減少や作付け面積の縮小による生産力の低下も関係しています。

飽食の時代と言われる裏には「食料自給率」、「食品ロス」、「食料品アクセス」問題もあり、『食』を取り巻く状況は複雑で厳しいものがあります。

一方、野菜を工場で作る「植物工場」、「ジビエ(野生鳥獣の肉)食」、「品種改良」など、研究開発が進んでいて、新しい食べ方が次々提案されて未来への希望もあります。

快食・快眠・やる気・元気をゲットしよう!

○地産地消は体と心と地域を元気にします。

○伝統的食品は宝物。先人の知恵の塊。体内で健康食品へと変身します。

○居ながら買い物のできるネットショッピングや通販は程々に。

「実物を見て選ぶ」チカラは人間に与えられた能力。使わなければ退化します。

○加工食品のパッケージには原材料、添加物、保存方法、栄養成分値など情報が満載。着色・着香などの添加物は出来るだけ少ないものを選ぶなど、選択力を磨きましょう。

○期限表示は2つあります。生鮮食品の消費期限と加工食品の賞味期限です。

賞味期限(おいしさの保証期間)を過ぎた物でも安全面には余裕があります。1日でも新しい日付けの商品を手にしたいのはやまやまですが、そこはぐっとガマン。食品ロスを防ぐため、後から来る人のためと理性を働かせて、古い順に求めましょう。

女子栄養大学生涯学習講師 勝山登美子

女子栄養大学ホームページ <http://www.eiyo.ac.jp/>

「8020 よい歯のコンクール」参加者募集

8020運動とは、「80歳になっても、20本以上自分の歯を保ちましょう」という運動です。よい歯のコンクールを開催し、達成者を表彰します。

対象 市内在住の80歳以上(4月1日現在)で自分の歯が20本以上あり、過去に表彰を受けたことのない方

日時 6月3日(日)10時～12時

場所 保健センター

内容 当日は口腔内の診査などを行い、表彰します。

申込み 5月15日(火)まで

