

HPVワクチン償還払いについて

積極的な接種の勧奨を差し控えている間に接種の機会を逃した方で、定期接種の対象年齢を過ぎて、令和4年3月31日までにHPVワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)の任意接種を自費で受けた方に、接種費用の助成(償還払い)を実施します。

対象者 以下の条件を全て満たす方

①令和4年4月1日時点で鶴ヶ島市に住民登録があること②平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれ的女子③16歳となる日の属する年度の末日までに(定期接種の対象期間内に)HPVワクチンの定期接種において3回の接種を完了していないこと④17歳となる日の属する年度から令和4年3月31日までに国内の医療機関でHPVワクチン(ガーダシルまたはサーバリックス)の任意接種を受け、実費を負担した方

申請受付期間 7月1日(金)～令和7年3月31日(月)

申請方法 必要書類を準備し、下記送付先に郵送

必要書類 ①HPVワクチン償還払い申請書②接種記録が確認できる書類の写し(母子健康手帳「予防接種の記録」欄、予診票など)③接種費用が確認できる書類(領収書、明細書、支払証明書など)

助成額 接種者が負担した接種料金の実費

送付先 〒350-2213脚折1922-10 鶴ヶ島市感染症対策課(保健センター内)

☎ 感染症対策課感染症対策担当 ☎227・9522



詳細はこちら

感染症を防ぐために蚊に注意しましょう

これから蚊が発生する季節を迎えます。ウイルスなどの病原体に感染した人や動物の血を吸った蚊に刺されることで、様々な感染症にかかる恐れがあります。蚊が媒介する感染症にかからないためには、一人ひとりが、感染症の流行地域で蚊に刺されない、住まいの周囲に蚊を増やさない対策をすることが重要です。

感染症流行地域では、蚊に刺されないようにしましょう

- ・海外へ渡航する際には、渡航前に現地での流行状況を把握しましょう。もし蚊を媒介とする感染症の流行地域へ渡航される場合には、蚊に刺されないように万全な対策をしましょう。
- ・屋外の蚊が多くいる場所で活動する場合は、できるだけ肌を露出せず、虫よけ剤を使用するなど、蚊に刺されない対策をしましょう。

住まいの周囲に、蚊を増やさないようにしましょう

- ・蚊は、植木鉢の受け皿や屋外に放置された空き缶にたまった雨水など、小さな水たまりで発生するので、日頃から住まいの周囲の水たまりをなくすように心がけましょう。

※ 蚊の活動はおおむね10月下旬頃で終息します。これらの対策は10月下旬頃までを目安に行いましょう

☎ 感染症対策課感染症対策担当 ☎227・9522

テイクアウトと夏の食中毒

テイクアウト食品の販売やデリバリーを行う飲食店がコロナ禍で増えました。常温で店頭販売しているお弁当や賞味期限のないパック詰めされたお惣菜は衛生面の不安を感じますよね。買うときに食中毒予防のためにできることを考えてみましょう。

テイクアウト弁当の中には、見栄えのために生野菜の上から温かいものをのせる場合があります。店内で提供しているメニューを同じように提供しているのです。また、おいしさや見た目重視で中心まで火が入っておらず加熱が不十分かもしれません。

食中毒から身を守るには、加熱が充分であるか見極め、なるべく早く食べましょう。すぐに食べられない場合は冷蔵保管し、食べる時には電子レンジで再加熱しましょう。持ち帰るときには保冷バッグを利用すると、より安全です。パッケージを確認し、保管方法を守り、時間が経ちすぎたり、少しでも怪しいと思ったら、思い切って捨てましょう。

夏は気温も上がり食中毒が増えます。正しい知識を持ち、食中毒から身を守り、コロナ禍で需要が増えたテイクアウトを上手に活用していきましょう！

No.208



女子栄養大学栄養クリニック 管理栄養士 小磯 愛弓

ささいなお口のトラブルをあきらめないで ～健やか生活のヒント伝授します～



最近「食べるときにむせる」「かたいものが食べづらい」「口の中が乾く」などお口のことで困っていませんか。もしかしたら、お口の衰えのサインかもしれません。かむことや飲み込むなどの機能は、おいしく食べて健康に過ごす上でとても大切です。早めの気づきと適切な対応方法を知り、お口の衰えを予防しましょう。

参加した方には、毎日の歩数でポイントが貯まり、県産農産品などが抽選で当たる「埼玉県コバトン健康マイレージ歩数計」をプレゼントします。

※ 歩数計プレゼントの対象者は初めてコバトン健康マイレージに参加する方に限ります(歩数計やスマートフォンで参加済みの方は対象外です)

対 市内在住の65歳以上の方

	日時	内容
1日目	8月19日(金) 13時30分～15時	「ご存じですか? “オーラルフレイル”」 講師 鬼丸乙彦さん(おにまる歯科医院 院長) 歯科衛生士が教える「お口の簡単チェックとホームケア」 ・ガムを使ってかむ力をチェック ・口の渇きが改善! お口周りのマッサージ術 ・お口スッキリ! 歯間ブラシの使い方 など
2日目	11月25日(金) 13時30分～15時	管理栄養士が教える「むせる・かめない…お食事のヒント」 歯科衛生士と再確認「簡単チェックとホームケア」 ・マスクの下は大丈夫? 表情筋のチェック ・簡単活舌チェック など

場 市役所1階101・102会議室

定 20人(申込順) **料** 無料 **持** 筆記具

他 参加者には歯ブラシ・歯間ブラシをプレゼントします。

申 問 7月4日(月)から健康長寿課健康増進担当へ



仲間になりませんか

アート48(水彩画)

日 場 毎月第2金曜日9時30分～12時30分／富士見市民センターまたは大橋市民センター、第4金曜日10時～13時／屋外
問 本村☎080・5075・0822

松龍太極拳サークル

日 場 毎週月曜日(月4回)10時～12時
場 大橋市民センター
問 野村☎090・8080・6757

ファンキッズ フラミング Funkids Flaming(キッズダンス)

対 幼児～小学6年生
日 場 毎週水曜日16時～18時(1時間ごとの2部制)
場 北市民センター
問 発知☐dance_2525_yn@ymail.jp

心と身体の自立教室 (ストレッチ・ヨガ)

対 60歳以上の女性
日 場 月2回月曜日11時～13時
場 女性センター
問 田島☎287・0021

すずな会卓球クラブ

対 成人(経験者)
日 場 毎週火・金曜日10時～12時
場 海洋センター
問 佐藤☎289・5013

上鶴GS会(園芸奉仕活動)

対 市民
日 場 毎週木曜日9時～12時
場 上広谷241-1
問 高橋☎285・3961

手あみの会

日 場 毎月第1・第3月曜日10時～12時
場 南市民センター
問 清水☎285・0367(18時以降)

出かけてみませんか

じゃがいもと野菜くず交換会

日 場 7月22日(金)10時～11時
場 市役所来庁者駐車場向かい側
持 調理で出た野菜くず
他 先着15人
問 高柳☎090・9106・0957

省略記号一覧

対 対象 **日** 日時・日にち
期 期間 **場** 場所 **講** 講師
内 内容 **定** 定員 **報** 報酬
料 入場料・参加費 **持** 持ち物
他 その他 **申** 申込 **問** 問合せ

9月号の原稿締切は、7月21日(木)です

※「仲間になりませんか」のコーナーは、同一サークルなどは年1回の掲載です。それ以外の原稿は、同一サークル年3回までで、同一号には1件までの掲載に限らせていただきます。