



お済みですか? お子さんの予防接種

予防接種法に基づく予防接種は公費で接種ができる期間が定められています。母子健康手帳で接種履歴を確認し、お済みでない予防接種は期間内に接種してください。なお、接種時は母子健康手帳と大口町の予防接種予診票が必要です。



| 予防接種の種類 | 対象者 (対象期間) |
|----------------------------|--|
| 麻しん風しん (MR) | 1期…1歳から2歳未満 2期…H29.4.2からH30.4.1生 (年長児相当) ※1 |
| 二種混合 | H23.4.2からH24.4.1生 (小学6年生) ※1 |
| 日本脳炎 ※2 | 1期…生後90月 (7歳半) に至るまで 2期…9歳以上13歳未満 |
| 四種混合 (三種混合、不活化ポリオ) | 生後90月 (7歳半) に至るまで |
| ヒブ、小児用肺炎球菌 | 生後2か月から5歳未満 |
| B型肝炎 | 生後1歳未満 |
| 水痘 | 1歳から3歳未満 |
| ロタウイルス感染症 | □タリックス 生後6週から24週 □タテック 生後6週から32週 |
| BCG | 生後1歳未満 |
| ヒトパピローマウイルス感染症 (子宮頸がんワクチン) | 小学6年生から高校1年生相当の女子 ※3 |

- ※1 MR2期・二種混合予防接種は、令和6年3月31日までが接種期限です。
- ※2 日本脳炎予防接種は平成11年4月2日から平成19年4月1日生まれで1期、2期の接種が終了していない方は20歳未満まで接種できます。
- ※3 キャッチアップ接種対象者である平成9年4月2日から平成19年4月1日生まれで、未接種の方は、令和7年3月31日まで接種できます。

成人男性の風しん抗体検査・予防接種

対象者 昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性の方で
令和元年度から令和5年度に抗体検査を受けていない方

実施期間 令和6年3月31日まで

※無料クーポン券を紛失された方は再発行できます。

健康課に申請してください。(持ち物 運転免許証など本人確認できる書類)
(大口町ホームページより申請書をダウンロードし、郵送による申請も可能です。)



「がんサポート
ほっとライン」のご案内

がんのピアサポーターによる、
がん患者さんとそのご家族を対象
とした電話相談をおこなっていま
す。

ほっとライン
☎052-684-8686

開催日
毎週火・木曜日
土曜日 (月2回)

開催時間
▽午前10時から正午
(受付 午前11時30分まで)
▽午後1時から4時
(受付 午後3時30分まで)

※予約は、NPO法人ミーネッ
ト事務局 (☎052-2252-
7277) まで。

(受付 火曜から土曜 午前9
時30分から午後5時)

※「がんの不安や悩みを聞いてほ
しい」「地域の医療機関の情報
を得たい」「がんの患者会に出
たい」「同じがんの体験者と話
したい」などの「がん」に関する
お問い合わせの受付も利用可
です。

今月の健康俳句 自転車の娘の長き髪 柿若葉 桑原 聡子
今月の健康川柳 たつぶりの花粉を運ぶ 春の風 安藤 久子
※このコーナーは、大口俳句会・大口川柳クラブの皆さんのご協力により、「こころ」の健康づくりの一翼を担っていただいています。

健康講座

運動編

自律神経には交感神経と副交感神経があります。このバランスが乱れると身体の不調につながります。疲れやすい、寝つきが悪いという方、自律神経が乱れているかもしれません。

講座では自律神経を整える体操と、コロナ禍の活動制限から起こる筋力低下を改善する体操をおこないます。ぜひ健康講座にご参加ください。

日時 **8月30日** 水 午前9時30分から11時

場所 ほほえみプラザ4階 ほほえみホール

内容 ◎ **自律神経コンディショニング**

◎ **自宅で簡単！正しい筋力トレーニングの方法**

講師 健康運動指導士 長谷川弘道さん

対象者 大口町にお住まいの方

持ち物 筆記用具、水分、動きやすい服装、体操時の敷き物（ヨガマットやバスタオル等）

定員 30名程度（先着順）

申込み期限 8月25日（金）

問合せ先 健康課 ほほえみプラザ1階 ☎ 94-0053



食生活編

コロナ禍の活動制限に伴う生活や食習慣の変化や健診結果から見える体のサインを読み解き、元気に動ける体づくりのための食事内容や食習慣をアドバイスします。

日時 **9月14日** 木 午前9時30分から11時

場所 ほほえみプラザ1階 多目的室

内容 ◎ **「食べすぎか足りないか」食事バランスチェック**

◎ **動ける体づくりに欠かせないたんぱく質の摂り方**

講師 健康課 管理栄養士

対象者 大口町にお住まいの方

持ち物 筆記用具、水分、健診結果等

定員 30名程度（先着順）

申込み期限 9月8日（金）

問合せ先 健康課 ほほえみプラザ1階 ☎ 94-0053

