

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接種できる期間（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を受けてください。なお、接種時には住所地である大口町発行の予防接種予診票が必要です。

予防接種の種類	回数	対象者（対象期間）
ロタウイルス感染症	ロタリックス 2回	出生24週0日後まで
	ロタテック 3回	出生32週0日後まで
BCG	1回	生後1歳未満
B型肝炎	3回	生後1歳未満
四種混合	4回	生後2か月から7歳半未満
ヒブ	接種開始時期により異なる (生後7か月までの開始で4回)	生後2か月から5歳未満
小児用肺炎球菌		
麻しん風しん(MR) ※1	1期 1回	1期…1歳から2歳未満
	2期 1回	2期…H29.4.2からH30.4.1生(年長児相当)
水痘	2回	1歳から3歳未満
日本脳炎 1期 ※2	1期 3回	7歳半未満
日本脳炎 2期 ※2	2期 1回	9歳以上13歳未満(小学4年生に通知済)
二種混合 ※1	1回	11歳以上13歳未満(小学6年生に通知済)
ヒトパピローマウイルス感染症 (子宮頸がん)	3回	小学6年生から高校1年生相当の女子 およびキャッチアップ接種対象者

※1 MR2期・二種混合は、**令和6年3月31日**までに接種してください。

※2 日本脳炎：平成15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。

## 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。)

## 高齢者 肺炎球菌ワクチン予防接種



**令和5年度の定期予防接種対象者** ※ただし、過去に「23価肺炎球菌ワクチン」を接種したことがある方は除きます。

65歳となる方 昭和33年4月2日生～昭和34年4月1日生

70歳となる方 昭和28年4月2日生～昭和29年4月1日生

75歳となる方 昭和23年4月2日生～昭和24年4月1日生

80歳となる方 昭和18年4月2日生～昭和19年4月1日生

85歳となる方 昭和13年4月2日生～昭和14年4月1日生

90歳となる方 昭和8年4月2日生～昭和9年4月1日生

95歳となる方 昭和3年4月2日生～昭和4年4月1日生

100歳となる方 大正12年4月2日生～大正13年4月1日生

**接種期限** **令和6年3月31日**まで

なお66歳以上の方で、過去に「23価肺炎球菌ワクチン」接種の費用助成をうけたことがない方は、任意予防接種費用助成制度があります。詳しくは健康課へお問い合わせください。

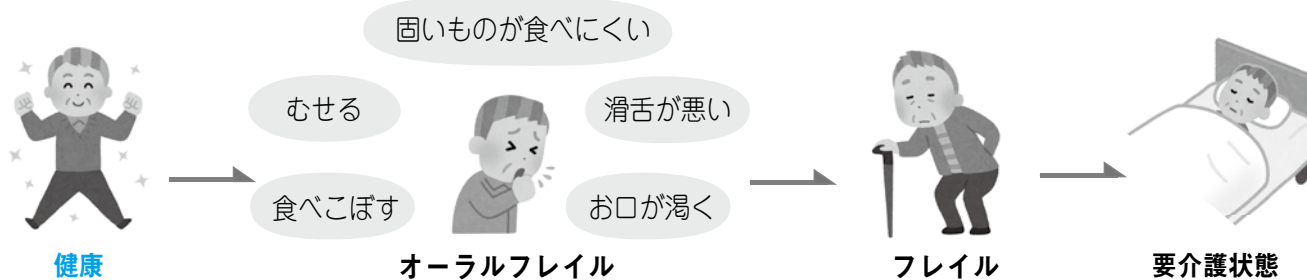
今月の健康俳句 独り言 多くなるなり 事始め 桑原 聡子 今月の健康川柳 外出も ままに成らない 老の足 日比野 文子  
※このコーナーは、大口俳句会・大口川柳クラブの皆さんのご協力により、「こころ」の健康づくりの一翼を担っていただいています。

# 老化はお口から!?



## オーラルフレイルとは?

噛めない食材が増えた、むせる、滑舌が悪いなどお口の機能の衰えのことです。衰えはお口から始まり、食生活や人との関わりに影響し、やがて全身の衰えに繋がります。



## 「年だからしょうがない...。」 そう思っていないですか?

お口の中を清潔に保ったり、口腔体操をすることで、お口の機能は維持・向上できます。定期的に歯科医院でお口の状態を診てもらうことも大切です。

**セルフケア + 歯科健診 = オーラルフレイル予防**

## やってみよう! 「唾液腺マッサージ」

唾液が出て、食物を飲み込みやすくなります。食前に行うとより効果的です。

### 耳下腺マッサージ



10回

指を頬(上の奥歯のあたり)に当て、後ろから前へゆっくりまわす。

### 顎下腺マッサージ



各5回ずつ

あごのラインの内側のくぼみ部分 3~4か所を順に押していく。

### 舌下腺マッサージ



10回

あご下の柔らかい部分に両手の親指を揃えてゆっくり押し当てる。

## お口の状態をチェック! 「後期高齢者歯科口腔健診」

歯の検査に加え、「噛む力」「飲み込む力」などのお口の機能検査が受けられます。

**対象者** 75歳以上の方(昭和24年4月1日以前生まれ)

**実施期間** 令和6年3月31日(日)まで(診療時間内)

**実施歯科医院**

無料



歯科医院へ直接お申込みください

市外局番(0587)

大口歯科	☎95-3745	丹羽歯科	☎95-6655	本来堂デンタルクリニック	☎96-0817
オーシマ歯科	☎95-6166	藤本歯科医院	☎81-4321	もみの木歯科	☎95-3939
さくら総合病院 口腔外科	☎95-6711	舟橋歯科クリニックCT インプラントオフィス	☎95-7100	ライフデンタル クリニック	☎95-0046