

## 大人の風しん予防接種（定期・任意）について

妊婦への風しん感染拡大防止、子どもの先天性風しん症候群の発生を予防するため、大人の風しん予防接種の抗体検査・予防接種の助成及び一部助成があります。詳しくは、健康福祉課へお問い合わせください。

	定期接種（抗体検査・予防接種）	任意接種（予防接種のみ）
対象	昭和37年4月2日～ 昭和54年4月1日生まれの男性で、次のいずれかに該当する人 ①抗体検査未受検の人 ②抗体検査の結果が陰性で、未接種の人	稲美町の住民で、風しんにかかったことがなく、かつ予防接種歴がない人で、次のいずれかに該当する人 ①妊娠を希望する女性 ②妊婦の同居家族 ※事前にお問い合わせください。
助成額	全額（①・②の人へクーポン券を令和3（2021）年3月末に郵送しています。）	5,000円を上限（申請者へ助成券を発行します。）
接種期間	令和4年2月28日（月）まで	令和4年3月31日（木）まで
申請に必要なもの	※クーポン券の再発行が必要な場合 ①申請者（代理人を含む）の本人確認ができるもの ②代理人申請の場合は、委任状または被接種者の本人確認ができるもの	①申請者（代理人を含む）の本人確認ができるもの ②代理人申請の場合は、委任状または被接種者の本人確認ができるもの ③母子健康手帳（妊婦及び妊婦の同居家族のみ）

※定期接種・任意接種ともに、接種後の助成はできませんのでご注意ください。

【問合せ】健康福祉課 健康推進係 ☎492-9138

## こんにちは！保健師です

### 「歯周病を予防しましょう」

歯周病は口の中の細菌が原因で、歯の周りの歯ぐき（歯肉）などの歯を支えている組織が徐々に壊されていく病気です。日本では40歳以上の人の約8割が歯周病にかかっていると言われています。

進行すると歯肉の腫れや出血、歯がぐらつくなどの症状が起こり、最終的には歯が抜け落ちてしまいます。それだけでなく、歯周病は糖尿病や心筋梗塞など、さまざまな全身疾患と深い関係があり、歯周病を予防・改善することが全身の健康を維持するために重要であることがわかってきました。

### セルフケアと専門ケアによって歯周病を予防しましょう

#### セルフケア

- ・毎日、正しい歯磨きをする
- ・よく噛んで食べる
- ・規則正しい生活習慣を心がける



#### 専門ケア

- ・歯科医院での定期検診
- ・正しい歯磨きやお口の健康を守る生活習慣のアドバイス



## 6月4日（金）から10日（木）までは歯と口の健康週間です

咲がそうよ 笑顔の花を 歯みがきて



## 健康福祉事務所だより

- ①こころのケア相談 6月14・28日（月）13:00～14:00（14日はアルコール関連の相談あり）
- ②専門栄養相談 6月16日（水）9:30～11:30
- ③エイズ・肝炎ウイルス検査相談（匿名・無料実施）6月9・23日（水）9:10～10:00  
6月は兵庫県エイズ予防月間です



場所・問合せ：加古川健康福祉事務所

電話予約制 ①は地域保健課（☎422-0003） ②・③は健康管理課（☎422-0002）



## 「稲美町ヘルスの会（食育ボランティア）」会員養成講座

### 令和3年度「健康食育講座」

～正しい食生活を学び、地域に広めたい～



ワイワイ楽しく  
学びましょう！

健康ポイント  
対象

「稲美町ヘルスの会」は、稲美っ子食育ひろば、親子料理教室の開催など、「食」から広がる健康づくりを稲美町で推進しているボランティア団体です。

自分や家族はもちろん地域の健康づくりを学び、教室修了後は楽しく食育ボランティア活動を楽しみましょう！

- ◆とき 全8回 9:30～12:00
- ◆ところ いきがい創造センターほか
- ◆対象 ボランティア活動に興味のある人
- ◆定員 10人  
(定員を大きく下回る場合は開講できません)
- ◆参加費 500円（ヘルスの会 会費）
- ◆申込み 6月30日（水）まで  
健康福祉課 健康推進係  
☎492-9138

回	とき	内容
1	7月6日（火）	開講式／講話（栄養の基礎）
2	7月20日（火）	誰でもかんたん！運動・体チェック
3	8月3日（火）	講話（地域の食育活動・稲美町の健康づくり）
4	8月24日（火）	講話（生活習慣病予防・食中毒予防）
5	9月7日（火）	調理実習（3つの器を揃えてバランス食）
6	9月21日（火）	講話（介護予防について） 演習（献立を作成しよう）
7	10月5日（火）	調理実習
8	10月12日（火）	修了式／交流会

- \*新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になる可能性があります。
- \*日程・内容などは変更することがあります。
- \*調理実習は、デモンストラーションになります。

## 寝具洗濯サービス

寝具の丸洗いができますよ！

寝たきりなどで布団干しなどが困難なご家庭の寝具の衛生管理はできていますか？専門業者が寝具をお預かりして丸洗います。

- 対象 町民税非課税世帯の人で、寝具などの衛生管理が困難な次のいずれかの世帯に該当する人
  - ・65歳以上の人のみの世帯
  - ・重度心身障害者のみの世帯
  - ・高齢者と重度心身障害者のみの世帯

- 費用負担 布団の種類により異なります。
- 委託先 稲美町社会福祉協議会
- 申込・問合せ 健康福祉課 高齢福祉係 ☎492-9137