

幼児期・学童期の予防接種を

受けましょう!!

幼児期・学童期に行う予防接種は、次のとおりです。

▼医療機関 月京クリニックス、東海大学大磯病院、ひよこクリニックス（小学校高学年以上の対応可能）大谷クリニックス、篠島医院

※子宮頸がんワクチンについては、現在積極的勧奨はしておりません。

※町外医療機関で接種を希望される場合は事前にご連絡ください。

☎内線308

予防接種の種類	対象となる年齢
B型肝炎	出生から1歳になる前日まで
日本脳炎	第1期 6か月～7歳6か月になる前日まで
	第2期 9歳～13歳になる前日まで ※特例として平成7年4月2日から平成19年4月1日までに生まれた方は20歳になるまで接種ができます。特に平成11年4月2日～平成12年4月1日までに生まれた方は接種しているか確認してください。
麻疹風しん	第1期 1歳～2歳になる前日まで 第2期 年長児
水痘	1歳～3歳になる前日までに2回
二種混合	11歳～13歳になる前日まで

大人の風しん等予防接種 費用の一部を助成

妊娠初期で感染すると、赤ちゃんが「先天性風しん症候群」を発症する恐れがあるため、対象者の皆さんに予防接種をお勧めします。

▼対象者 町に住民登録があり、妊娠を予定・希望している女性、妊娠している女性のパートナー（風しんの予防接種歴、罹患歴のある方は対象外です。）

▼接種助成額
・麻疹風しん混合ワクチン

☎内線308

- ・ 5,000円
- ・ 風しん単体ワクチン 3,000円

接種費用は、助成金額を引いた差額を医療機関にお支払いください。

▼医療機関 大磯ハートクリニック、大谷クリニックス、グリーン内科クリニック、東海大学大磯病院、ひよこクリニックス、篠島医院、森田内科医院

妊婦健康診査を

受けましょう!

健やかな妊娠と出産のために、妊婦健康診査はとても重要です。町では14回（合計7,000円）の費用補助が受けられます。費用補助券を使って、決められた期間と回数必ず受診しましょう。



☎内線309

妊婦歯科健診を

受けましょう!

妊娠中から、歯や歯ぐきの健康に気をつけることで、赤ちゃんの歯を守ることができます。

▼対象 町内に住民票のある妊婦さん

▼費用 無料

▼受診方法 母子健康手帳交付時にご案内しています。直接予約のうえ、受診してください。



☎内線308

こころちは 保健師です

スポーツ・食育・健康づくりを合わせて「けんこうプラン大磯」ができました

スポーツ

春を迎え、爽やかな風が気持ちよく、スポーツをするにはよい季節になりました。

勝負のある競技スポーツの腕を磨いたり、仲間と励ましあつて切磋琢磨したり、自然を肌で感じてウォーキングや体操など身体を動かすのは気持ちがいいですね。トップアスリートの観戦でエキサイトしたり、地元の大大会などを熱く応援するのも楽しいものです。また、2020年のオリンピック・パラリンピックも楽しみます。

食育

地元で採れる新鮮な食材や季節ごとの旬を味わったり、家族や友人と一緒に楽しむ食は、心に潤いをもたらします。食について学ぼうという「食育」という言葉もずいぶん浸透してきました。

健康づくり

健康づくりでは、運動・食に加えて、睡眠や休養が大切です。疲れやストレスがたまると体調不良から病気を引き起こすこともあります。

昨年度は、芸能人のがん体験などの報道が多く、がん検診受

診者も増えました。これはとても大切なことです。以前は、がんと分かると怖いので検診は受けないという話をよく耳にしましたが、早期発見の大切さが理解され、がん検診受診につながっているようです。

健康診査の結果を理解して、自身の生活習慣を見直そうとする方も増えています。

これら、スポーツ・食育・健康づくりを合わせて、健康寿命を伸ばそう!を目標に、「けんこうプラン大磯」ができました。詳細は5月に配布予定の「おあしす新聞」をぜひご覧ください。

加えて今年度、町では、歯と口の健康づくりに注目しています。食べること、話すことは生活に密着し、健康づくりの土台とも言えるため、子どもの頃から歯のむし歯予防や大人の歯周病予防、また年齢を重ねてからは、噛む、飲み込むなどの機能を維持することが大切です。

今後、いろいろな場所で歯と口の健康づくりを進めていきます。町からの情報をキャッチして、ぜひ生活の中に取り入れてみてください。

☎内線345

☎内線345