

日本脳炎の予防接種を受けましょう

市では、日本脳炎の予防接種を実施しています。接種費用は無料ですが、対象年齢を過ぎると全額自己負担となります。

区分	対象年齢	接種回数	接種間隔
1期 (初回)	生後6カ月 ～ 7歳6カ月未満	2回	6日以上の間隔をおく (標準的には6日～28日)
1期 (追加)	初回2回 接種終了後 ～ 7歳6カ月未満	1回	初回接種(2回)終了後、6か月以上の間隔をおく(標準的には初回接種終了後おおむね1年)
2期	9歳～13歳未満	1回	

※平成19年4月2日～平成21年10月1日に生まれた方で、1期分が未接種となっている方は、9歳～13歳未満までの間に、1期の未接種分と2期を受けられます。また、平成10年4月2日～平成19年4月1日に生まれた方は、1期と2期の未接種分を20歳未満までの間に受けられます。

持参物 母子健康手帳、保険証など

実施医療機関

- 【小高区】 上町内科皮フ科クリニック、半谷医院
 【鹿島区】 鹿島厚生病院、菅原医院、田村内科医院
 【原町区】 石原クリニック、大町病院、こいずみクリニック、しいな脳神経外科クリニック、志賀医院、しんどうクリニック、たなベクリニック、西潤マタニティクリニック、市立総合病院、南相馬中央医院

県外へ避難している方へ

避難先の市町村で予防接種を受けられます。接種する前に必ず、現在避難している市町村に連絡してください。

問合せ

健康づくり課
 ☎③3680



7月28日は日本肝炎デー 肝炎ウイルス検査を受けましたか？

肝炎は、早期に発見して治療すれば、重症化を防ぐことができる病気です。市では、総合健(検)診時に肝炎ウイルス検査を実施しています。一度も検査を受けたことがない方は、早めに検査を受けましょう。

対象

- 40歳の方
- 41歳以上(5歳刻み)の方で過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方
検査を希望する方は、受診する際に受付で申し出てください。

実施期間(総合健(検)診実施日)

ところ	とき
小高保健福祉センター	7月19日(木)～21日(土)
原町保健センター	7月2日(月)～6日(金) 7月8日(日)～13日(金) 7月17日(火)～18日(水) 7月31日(火)～8月3日(金) 8月5日(日)～10日(金)

※鹿島保健センターでの実施は6月28日で終了しています。

受付時間 8時～11時

問合せ 健康づくり課 ☎③3680

楽しい子育ての準備



マタニティ 両親教室 ファミリーセミナー

市では、妊婦さんやご家族が安心して妊娠期間を過ごし、出産後も楽しく子育てができるようにセミナーを実施しています。3回コースですが、どれか1回だけの参加も可能です。

つわりなどが落ち着き、体調が安定してくる妊娠5～7か月頃（妊娠16週～28週）からの参加をおすすめします。

とき・内容

①栄養編

とき 7月20日(金)14時～16時

内容 妊娠中の栄養、おやつ作り、赤ちゃんの離乳食

②お産の学校編

とき 8月17日(金)14時～16時

内容 お産の進み方、マタニティヨガ、リラックス法

③育児編

とき 8月26日(日)9時30分～12時

内容 赤ちゃんのお風呂の入れ方、育児体験、妊婦体験

○各回共通

ところ 原町保健センター

持参物 母子健康手帳（各回共通）、エプロン・三角巾（栄養編のみ）

申込期限 実施日の5日前まで

申込先・問合せ 健康づくり課 ☎ 3680



▲赤ちゃんのお風呂の入れ方の様子

参加者募集

親子みそ作り教室

食生活改善推進協議会では、みそ作り体験教室を開催します。

とき		ところ
7月23日(月)	13時30分	原町保健センター
7月31日(火)	16時	鹿島保健センター
8月2日(木)	16時	小高保健福祉センター

対象 小学生とその保護者

参加費 一人100円

持参物 エプロン、三角巾

申込期限 各開催日の5日前

申込先・問合せ

健康づくり課 ☎ 3680



はじめよう♪

健康活動!教室

今月のテーマは「知ろう!学ぼう!～やっぱり運動は必要なんだ～」です。運動を始めるきっかけにしませんか?

とき 7月30日(月)10時～11時30分

ところ 原町保健センター

講師 仙台大学 准教授 笠原岳人氏

内容 講話・実技

持参物 運動ができる服装、室内シューズ、タオル、飲み物

申込期限 7月23日(月)

申込先・問合せ 健康づくり課 ☎ 3680

ガラスバッジ 個人積算線量計の 返却をお忘れなく

4月から測定していたガラスバッジは、6月末で測定が終了しました。

まだ返却されていない方は、送付済みの返却用封筒にガラスバッジを入れて、7月13日(金)までに返却してください。

問合せ 健康づくり課 ☎ 5381

