

# けんこう ガイド

今春、小学校入学児童のご家庭のみなさんへ  
麻しん風しん混合予防接種（第2期）は3月末日までに済ませましょう！

●お問合せ 町民福祉課健康推進係  
☎ 47・2111 内線 144・145・146

## ○麻しん風しん予防接種時期

### 【第1期】

1歳から2歳未満の間に1回接種

### 【2期】

小学校就学前の1年の間に1回接種

現在、1歳の1年間と小学校就学前の1年間の2期に、麻しん風しん混合ワクチン（MRワクチン）の2回接種が推奨されています。（町で行う定期接種）ワクチン接種が2回行われるのは、1回の接種で免疫がつか



かなかつたり、その後、時間とともに免疫が衰えた人の免疫を強化するためです。

対象となるご家庭には4月にご案内を送りましたが、予防接種はお済でしょうか。定期接種として無料で受けられるのは3月31日までとなっています。お子さんより大きな集団生活（小学校）を始める前に早めに免疫をつけられるよう、忘れずに接種しましょう！

## 麻しんの主な症状

麻しん（はしか）は、麻しんウイルスによって起こる感染症です。

感染後約10日間の潜伏期間を経て、38℃程度の発熱や鼻水、せき、くしゃみ、目の充血などの風邪のような症状がでます（カタル期）。2～3日の発熱の後、39℃以上の高熱と発疹といった特徴的な症状があらわれます。

麻しんになると、全身の免疫力が下がるため、肺炎や中耳炎などの合併症を生じやすくなります。

## 国保病院での接種方法

予防接種希望日の前日までに、予約の電話を入れてください。

新冠町国保病院 電話 47・2411

○受付時間 平日 14時～16時

【木曜日は14時～18時】

○持ち物 母子手帳、予診票

◇3月31日を過ぎると自己負担9,400円（国保病院での接種料金）がかかります。

3月	3月							2月				月日	健康カレンダー	
	7日(金)	13日(木)	12日(水)	11日(火)	7日(金)	6日(木)	4日(火)	29日(金)	28日(木)	26日(火)	23日(土)			22日(金)
7日(金)	13日(木)	12日(水)	11日(火)	7日(金)	6日(木)	4日(火)	29日(金)	28日(木)	26日(火)	23日(土)	22日(金)	19日(火)	月日	健康カレンダー
13時30分	13時30分	13時	10時	13時30分	13時	13時	10時	12時45分	10時30分	8時30分	7時30分	6時30分	13時	
健康相談	健康相談	きれいなママ	フッ素塗布	お喜楽☆おたのしみ塾	離乳食教室	BCG予防接種	乳児健康診査	お喜楽☆おたのしみ塾	3歳児健康診査	1歳6カ月児・3歳児健康診査	胃・肺・大腸がん検診	基本健康診査	フッ素塗布	事業名
※要予約 (3月3日～切り)	保健センター	保健センター	町民センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	保健センター	場所

# 赤ちゃんの食事、離乳食教室

お母さんの母乳やミルクを飲んでいる赤ちゃんが、いつ頃から形のある食べ物を食べられるようになるのでしょうか。

教室は、年3回、月齢3〜6ヶ月のお子さんと保護者の方を対象に行っています。離乳食として月齢ごとに食べ始める食品・食品の固さ・大きさの調節、1回に食べられるようになる目安量などの進め方について聞いていただき、月齢5・6ヶ月のときに食べ始める、ごはん、野菜、たんぱく質性食品を使った調理体験をしていただきます。

お母さんたちがしつかり参加出来るよう、町でボランティア活動を行っている方々に託児をしていただいたり月齢の近いお子さんを育てているお母さん方の教室であるので、会話も交えながら参加していただけるようです。

対象の方には個別にご案内を送らせていただいています。離乳食を始めるにあたって、関心や疑問のある方はどうぞご参加ください。



【試食～赤ちゃんも美味しそうに食べていました】



【調理実習～初めてはなかなか手間もかかります】

## 介護ワンポイント アドバイス ⑧4

4月から  
地域包括支援センター  
が始まります



高齢者が住み慣れた地域で、その人らしい生活を送るためには、介護予防ケアマネジメントをはじめ、福祉、医療、権利擁護などのサービスを包括的・継続的に提供していく必要があります。そこで、高齢者の生活を支える総合機関として、地域包括支援センターが新冠町役場 町民福祉課 介護支援係に4月から設置されることとなります。

<p><b>自立して生活できるよう支援します</b> 介護予防ケアマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>要支援1・2と認定された人は、介護保険の介護予防サービスを利用できます。</li> <li>支援や介護が必要となるおそれの高い人や自立した生活をしている人などは、市区町村が行う介護予防事業を利用できます。</li> </ul>	<p><b>みなさんの権利を守ります</b> 権利擁護</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>みなさんが安心していきいきと暮らせるよう、みなさんの持つさまざまな権利を守ります。虐待を早期に発見したり、成年後見制度の紹介や、消費者被害などに対応します。</li> </ul>
<p><b>地域包括支援センター</b></p> <p>主任ケアマネジャー 保健師 社会福祉士</p> <p>地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが中心となってみなさんの支援を行います。3人は専門分野の仕事だけを行うのではなく、互いに連携をとり、総合的にみなさんを支えていきます。</p>	
<p><b>なんでもご相談ください</b> 総合相談</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>介護に関する相談や悩み以外にも、福祉や医療など、なんでもご相談ください。</li> </ul>	<p><b>さまざまな方面からみなさんを支えます</b> 包括的・継続的ケアマネジメント</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関とのネットワークをつくり調整します。</li> </ul>

●在宅介護支援センター  
(役場内 ☎ 47・2111 内線 142)

介護のことは、お気軽に  
ご相談ください。 介護支援係 **山田 知矢**