

定期予防接種 ～計画的に接種しましょう～

二種混合ワクチン (ジフテリア・破傷風)

乳幼児期に実施した三種混合に含まれる、ジフテリア・破傷風の免疫を更に高める目的で行われる予防接種です。

接種対象年齢：小学校6年生  
(11歳～13歳の誕生日前日まで)

麻しん風しん混合ワクチン (MR)

※2期接種対象の方は、接種期限：平成30年3月31日まで

麻しん風しん予防接種は、2回の接種が決められています。麻しん(はしか)は感染力がとても強く、かかると重症化し脳炎などの合併症を起こすことがあります。対象の年齢になる方は、忘れずに接種を受けましょう。

接種対象年齢

1期：1歳の誕生日の前日～2歳の誕生日の前日まで  
2期：平成23年4月2日生～平成24年4月1日生  
(5歳以上7歳未満の就学前年度にあたる、いわゆる年長児)

▶問い合わせ

利根町保健福祉センター  
利根町下曽根 221-1  
☎ 0297-68-8291



お子様を病気から守るための予防接種を正しく理解して、予防接種を安全に受けましょう。

予防接種が受けられる医療機関

利根町国保診療所

住所 利根町羽中 200  
電話 68-2231

※町外の医療機関でも予防接種は受けられます。詳しくは、お問い合わせください。

【注意事項】

- ①接種時は、事前の予約が必要です。
- ②母子健康手帳・予防票を必ずご持参ください。
- ③接種期限を過ぎると定期接種となりません。(有料)

乳がん・子宮がん集団検診のお知らせ

～40歳から50歳代の乳がんが増加！子宮がんは20～30代に急増中！若い人こそぜひ検診を～

| 検診名        | 乳がん集団検診   |                               | 子宮がん集団検診  |
|------------|---|-------------------------------|---|
| 検査方法       | 超音波検査   | マンモグラフィ検査                     | 子宮頸部細胞診(ベセスダ方式)   |
| 対象者        | 30～39歳<br>40～64歳の偶数年齢   | 41歳以上の奇数年齢                    | 20歳以上   |
| 自己負担       | 1,000円  | 1,000円(40歳代の方は2方向撮影のため1,700円) | 1,400円  |
| 予約         | 利根町保健福祉センター(予約電話) 68-8291<br><b>4月18日(火)～21日(金)</b><br>【午前】8:45～12:00 【午後】13:00～17:00 |                               | 不要(当日会場にて受付)  |
| 検査時間<br>人数 | ①13:00～ 超音波・マンモグラフィ 各13名<br>②13:45～ 超音波・マンモグラフィ 各13名                                  |                               |   |
| 受付時間       | ①13:00～13:20 ②13:45～14:00   |                               | 13:00～13:20   |
| 会場・日程      | 利根町すこやか交流センター<br>5月31日(水)<br>6月1日(木)・2日(金)・3日(土)・5日(月)                                |                               | 利根町保健福祉センター<br>5月24日(水)・25日(木)<br>利根町すこやか交流センター<br>5月26日(金)・27日(土)<br>利根町生涯学習センター<br>5月29日(月) |

利根町不妊治療費助成のご案内



利根町では、特定不妊治療を受けられたご夫婦に治療費の一部を助成しています。

- 対象となる方 茨城県不妊治療費補助金の交付決定を受けているご夫婦
- 対象となる治療 県指定の医療機関で受けた体外受精・顕微授精(保険適用外の特定不妊治療)
- 助成金額 1回の特定不妊治療に要した費用の額から茨城県不妊治療費補助金、医療保険に関する法令等の規定または、加入健康保険組合等の規約により給付された額を控除した額(上限5万円)
- 助成の回数
  - ・初回助成時に39歳までの方 → 通算6回まで
  - ・初回助成時に40歳～42歳までの方 → 通算3回まで

詳しくは、こちらからもご確認いただけます。

町公式ホームページ  
<http://www.town.tone.ibaraki.jp/>  
茨城県ホームページ  
<http://www.kids.pref.ibaraki.jp/kids/kosodatepc/>

保健福祉センター イベント案内 (4月～5月)

■育児相談ワイワイサロン(乳幼児親子の遊び場)

日時：5月9日(火) 10:00～11:00  
対象：全乳幼児  
内容：保健師・管理栄養士による相談(当日の受付順)

■ヘルシー相談

日時：4月18日(火)、5月16日(火) 9:00～11:30  
内容：管理栄養士による健康・栄養相談  
予約：前日までに予約してください。

■口腔相談

日時：5月10日(水) 10:00～14:30  
内容：歯科衛生士による口腔機能相談  
予約：前日までに予約してください。

■もの忘れ相談

日時：4月25日(火) 13:00～15:30  
内容：「もの忘れ」が気になる方等の相談  
予約：前日までに予約してください。

■精神保健相談

日時：4月11日(火)、5月9日(火) 13:30～15:00  
内容：精神保健福祉士による相談  
予約：1週間前までに予約してください。



予約・問い合わせ先  
利根町保健福祉センター ☎ 68-8291

乳がんは自分で発見できる数少ないがんです。早期発見のため月1回の自己検診を習慣づけましょう。月経終了後1週間くらいの間に、閉経後の方は、毎月、日を決めて行ないましょう。自己検診と平行して、必ず定期健診を受けましょう。

乳がんセルフチェックの方法

- まず両腕を下げたまま、左右の乳房や乳首の形をおぼえておきます。
- 両腕を上げて正面、側面、斜めを鏡に映し、次のことを調べます。  
A. 乳房のどこか、くぼみややきつれたところはないか  
B. 乳首がへこんだり、湿疹のようなものは、ただれができていないか
- あおむけに寝て、右の乳房を調べるときは右肩の下に座布団か薄い枕を敷き、乳房が垂れず胸の上に平均に広がるようにします。
- 乳房の内側半分を調べるには、右腕を頭の後ろに上げ、左手の指の腹で、軽く圧迫して、まんべんなく触れてみます。
- 外側半分を調べるには、右腕を自然の位置に下げ、やはり左手の指の腹で同じようにまんべんなく触れてみます。最後にわきの下に手を入れて、シコリがあるか触れてみます。
- 乳房を指先でつまむようにして調べると、異常がなくてもシコリのように感じますから、必ず指の腹で探ってください。
- 右の乳房を調べたら、左の乳房を同じ要領で調べます。
- 左右の乳首を軽くつまみ、お乳をしぼり出すようにして、血液のような異常な液が出ないか調べます。
- 毎月自己検診をしているうちに自分の乳房の普通の状態がわかり、異常を早く見つけられるようになります。少しでも異常があったら、ためらわず専門医の診察を受けましょう。

公益財団法人日本対がん協会作成  
「もっと知りたい乳がん(改訂版)」より転載