

《4月新規利用者募集》65歳以上の“健康はつつ支援教室”

加齢による生活機能の衰えが気になる方は、下記の教室で改善に取り組んでみませんか？
※いずれの教室も利用申請や事前審査が必要です。見学も可能です。まず、お問い合わせください。
▼利用料金：1回100円 ▼利用人数：各20名定員 ▶問い合わせ先 利根町保健福祉センター

加齢や不活発による衰えを改善する運動教室
体幹バランスの強化や筋肉の動きを良くして、移動動作を改善し転倒・骨折予防を目指します。

●健脚くらぶ
(毎週月曜日 10:00～11:00／6ヶ月間)
【対象】：階段移動や立ち上がり時に手すりなどを使う方。もっと足腰を強化したい方、つまづき、ふらつきを予防したい方。

参加者からの声
・姿勢がよくなったと言われた、階段の上り下りが楽になった、椅子からの立ち上がりが楽になった、など。



こころの健康づくり講演会
～大人の発達障害について～

「ちょっと変だな」とか「ちょっと変わっているなあ」と思う人が、あなたの周りにいませんか？
あるいはあなた自身が「ちょっと変だよ」とか「変わってるね」と言われることはありませんか？
もしかしたら、「脳の情報処理能力のばらつき」が原因である、発達障害による言動かもしれません。
原因を知ること、これからの生活が変わります。生活や人付き合いが上手くいくためのヒントを学んでみませんか？！

○講師 みずぐち すずむ 水口 進 氏 常盤大学教授
○日時 2月22日(木) 13時30分～15時30分 (受付:13時～)
○会場 利根町図書館 2階多目的ホール
○参加費 無料

▶問い合わせ先 利根町保健福祉センター

もの忘れ予防のための音楽療法の教室
リズム体操・指体操・発声・歌唱と回想・歌とステップと打楽器・合奏など、複数の事にチャレンジします。

～2つの講座を紹介します～
●キラリ☆脳音楽くらぶ
(第1・第3水曜日 13:10～14:10／6ヶ月間)
【対象】：もの忘れが気になる方で、音楽を楽しみながら新しいチャレンジに取り組みたい方。

●いきいき音楽くらぶ
(第1・第3水曜日 10:00～11:00／1年間)
【対象】：おおむね80歳以上の方。



参加者からの感想
・刺激になった、もの忘れ対策を工夫するようになった、ハンドベル合奏の緊張がよかった、など。

利根町保健福祉センターイベント案内(2月～3月)

●育児相談・ワイワイサロン・歯科相談
日時：3月6日(火) 10:00～11:00
対象：全乳幼児
内容：保健師相談・栄養相談(育児相談)は当日の受け付け順。

●ヘルシー相談
日時：2月20日(火)・3月1日(木) 9:00～11:15
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：3月14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：2月27日(火) 13:00～15:30
内容：「もの忘れ」の気になる方などの相談
予約：前日までに予約してください。

日本脳炎ワクチン(特例接種)
※対象の方は平成29年5月に通知しています。
日本脳炎予防接種は、積極的な勧奨の差し控え期間がありました。それにより、接種が済んでいない対象年齢の方は予防接種を受けましょう。
【対象者】：18歳になる方
(平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ)
【接種期限】：20歳の誕生日の前日まで

高齢者肺炎球菌
※接種期限：平成30年3月31日まで
【対象者】
過去に成人用肺炎球菌ワクチン(ニューモバックスNP:23価肺炎球菌ワクチン)の接種を受けたことがない方で、①もしくは②に該当する方
①平成30年3月31日時点で、65.70.75.80.85.90.95.100歳になる方
②接種日時点で60歳以上65歳未満であって、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある方(身体障害者障害程度等級1級相当)
※該当となるのかの確認は個別にお問い合わせください。

町内の医療機関

医療機関名	住 所	電話番号	MR	日本脳炎	肺炎球菌
鈴木内科医院	早尾890-1	68-3100	×	×	○
早尾台医院	早尾200-32	68-8911	×	×	○
服部内科医院	布川2830-1	84-6063	×	×	○
利根町国保診療所	羽中200	68-2231	○	○	○
山中医院	中田切1-1	68-7287	×	×	○
もえぎ野台よつば診療所	もえぎ野台1-1-8	85-5581	×	×	○

MR・・・麻しん風しん混合

※町外医療機関でも接種できます。接種の際は、事前に医療機関へ予約が必要です。

※予診票を紛失した場合、利根町保健福祉センターで再交付します。(幼児～小児は母子健康手帳、高齢者は運転免許証など、身分証明書を持参のうえ申請ください。)

▶問い合わせ
利根町保健福祉センター
利根町下曽根221-1 ☎68-8291

定期予防接種のご案内

予防接種は全て医療機関での個別接種になります。
※接種に関する詳細については、利根町保健福祉センターまでお問い合わせください。



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、かかると重症化し肺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日生まれ～平成24年4月1日生まれ

赤ちゃんが生まれたら
赤ちゃん訪問のご案内

町では、出産された全員の方へ、保健師による赤ちゃん訪問を行っています。役場へ出生届を提出された後、利根町保健福祉センターより訪問の日程をご連絡します。
※早目の訪問や、里帰り先での赤ちゃん訪問を、希望される場合は利根町保健福祉センターまでお電話ください。

●内容
・体重測定
・おっぱい・ミルクについて
・乳幼児健診について
・予防接種予診票交付
・予防接種の受け方
・子育て支援サービスなどの紹介
・その他、育児に関する相談

●問い合わせ先
利根町保健福祉センター