

参加者募集

65歳から始める教室「かむカム栄養塾」

お口のトラブルや低栄養改善のための教室

「むせ」「口の渇き」「飲み込み」などの改善のためのお口の健康づくりと栄養改善を目指します。毎日の食事、口腔ケアにプラスするだけで、健康がグリーンとアップします。

【教室の対象になる方】 ※下記の項目に1つでも該当する方

- お茶や汁物でむせることがある
- 半年前に比べて、固い物が食べにくくなった
- 口の渇きが気になる

【日程・内容】

	日程	内容
1回目	1月26日(火)	体の健康はお口から ・オーラルフレイル ・誤嚥性肺炎
2回目	2月2日(火)	おいしく食べるためのお口づくり ・栄養改善のための食事 ・むせ、飲み込み
3回目	2月16日(火)	歯周病とお口のケア ・歯周病 ・歯周病と全身の病気 ・お口のお手入れ
4回目	3月2日(火)	うるおいのあるお口をつくろう ・嘔むこと ・唾液

【会場】 利根町保健福祉センター

【申し込み】

利根町保健福祉センターへ電話でお申し込みください。
☎68-8291

【参加費】 100円/1回

【募集人数】 15名(定員に達した場合締め切ります)

午前8時45分～午後5時15分(土・日曜日を除く)

大人の風しん予防接種の費用の一部を補助します

風しんは、妊娠初期の女性がかかると、胎児にも感染し、耳が聞こえない、目が見えにくい、生まれつき心臓に病気がある、発達がゆっくりしているなど「先天性風しん症候群」という病気にかかってしまうことがあります。妊婦の風しんを予防するために、大人の風疹の予防接種費用の一部を補助しています。

●補助の対象となる方 接種日および申請日において利根町に住民登録がある平成2年4月1日以前に生まれた方で、下記の項目のいずれかに該当する方

- ・妊娠をしている女性の夫(内縁の夫および結婚予定者を含む) ・妊娠を希望している女性
- ・妊娠を希望している女性の夫(内縁の夫および結婚予定者を含む)

※令和元年度から令和3年度までの3年間かけて、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性を対象に風しん抗体検査を無料で行っていきます。その結果、風しんに対する抗体価が十分でない方に風しんの予防接種を無料で実施しています。対象の方には、無料クーポン券を郵送していますので、そちらをご使用ください。

●補助の対象となるワクチン 風しんワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチンのいずれか1回

●補助期間 令和2年4月1日～令和3年3月31日接種分

●請求受付期間 令和3年4月10日(土)まで

●補助の金額 接種料金の2分の1の額を補助します。ただし、5,000円を上限とします。(10円未満の端数が生じた時は、その額を切り捨てた額)

●補助の方法 償還払い(医療機関の窓口で接種費用を全額支払い、その後、利根町に請求して費用の一部を還付します)

●請求受付場所 利根町保健福祉センター

●補助金請求時に必要な物

- ①予防接種にかかった費用の領収書(被接種者の氏名、医療機関名、予防接種名、接種日、領収金額、領収日の分かるもの)
- ②銀行振り込み口座番号 ③印鑑(認印) ④利根町風疹予防接種費用補助金請求書(保健福祉センターでお渡しします)

冬の新型コロナウイルス感染予防
～ひとりひとりができる感染対策を徹底しましょう!!～

冬は、色々な感染症が流行しやすい季節です。寒くなると、換気や冷たい水での手洗いは、おっくうになってしまいますが、ひとりひとりができる感染対策を徹底しましょう



手洗い



密集回避



換気

換気は30分に1回5分程度または2カ所少しの間隙を作っておく
40～60%の加湿も効果的です。

～感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫～

- ・飲酒をするのであれば
①少人数 ②なるべく普段一緒にいる人と ③深酒・はしご酒はひかえ、適度な酒量で。
- ・箸やコップは使いまわさず、一人ひとりで。
- ・座席の配置は斜め向かいに。(正面・真横はなるべく避ける)
- ・会話をするときはマスクを着用し、静かな会食を。
- ・体調が悪い人は参加しない。
- ・換気が適度にされているなどの工夫をしている、ガイドラインを遵守したお店を利用する。



骨髄移植ドナーとなった方への助成のお知らせ

白血病や再生不良性貧血などの血液難病に対する有効な治療法として骨髄移植という方法があります。しかし、提供者と患者の白血球型が一致する確率は数百人から数万人に一人と低く、骨髄移植を受けられないでいる患者さんが少なくありません。

利根町では、骨髄バンクへの登録と骨髄等提供の促進のため、公益財団法人日本骨髄バンクにドナー登録し、令和2年4月1日以降に骨髄・末梢血幹細胞を提供した方に対し、助成を行います。

対象者：以下の要件をすべて満たす方

- 骨髄等を提供した日において、利根町に住民登録をしている者
- 日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業において骨髄等を提供し、これを証明する書類の交付を受けた者
- 国または他の地方公共団体が実施する骨髄等の提供に係る支援事業の助成を受けていない者
- ドナー休暇制度を設ける企業・団体等に属していない者

申請期間：骨髄等の提供が完了した日から90日以内に申請

助成額：1日にあたり2万円(通算7日14万円を限度)

※必要書類などは、事前に保健福祉センターへお問い合わせください。

1月の日程 場所：利根町保健福祉センター

相談内容	日程	受付時間	内容・予約方法
育児相談 ワイワイサロン	2月16日(火)	午前9時45分～10時15分 (予約制 定員10組)	全乳幼児対象。 乳幼児親子の遊び場(ワイワイサロン)も予約
ヘルシー相談	1月27日(水)	午前9時～正午のうちの 予約した時間	管理栄養士による栄養相談 1週間前までに予約
口腔相談	1月26日(火)	午前9時30分～午後1時45分 のうちの予約した時間	歯科衛生士による口腔機能相談 前日までに予約
もの忘れ相談	1月27日(水)	午後1時30分～3時30分 のうちの予約した時間	もの忘れの気になる方などの相談 前日までに予約
精神保健相談	1月19日(火) 2月16日(火)	午後1時30分～3時45分 のうちの予約した時間	専門職による相談 1週間前までに予約

※新型コロナウイルス感染症対策により日程が変更になることがありますので、ご了承ください。