

子どもの定期予防接種 ～計画的に接種しましょう！～

初回接種から次の接種まで間隔が空くことで、気づかずに接種期限が過ぎてしまった事例が過去にありました。先延ばしせずに、お子様の体調が良いときに計画的に予防接種を受けましょう。

●麻しん風しん混合（MR）ワクチン

麻しん風しんはともに、手洗い・マスクなどの感染対策だけでは防げない病気です。ワクチン接種が有効とされています。

時期	接種対象年齢
2期（2回）	平成31年（令和元年）4月2日生～令和2年4月1日生（年長児） ※令和8年3月31日までが接種期限

●二種混合（ジフテリア・破傷風）ワクチン

乳幼児の時期に接種した混合ワクチンの免疫力を再度高める目的で接種するものです。

接種対象年齢	標準的な接種時期
11歳の誕生日の前日から13歳の誕生日の前日まで	小学6年生

※対象の方には、小学6年生時に個別通知しています。

●日本脳炎ワクチン

ワクチン接種により、日本脳炎の罹患リスクを75%から95%減らすことができます。

時期	接種対象年齢	標準的な接種時期
2期（4回目）	9歳～13歳未満	小学4年生

※対象の方には、小学4年生時に個別通知しています。

●注意事項

- ①接種時は、医療機関へ事前の予約が必要です。
- ②接種の前にワクチンについての説明をよく読み、母子健康手帳・予診票を必ず持参ください。
- ③接種期限を過ぎると定期接種となりません。（自己負担となります）

「トレーニングルーム」利用希望者における「スタートアップ講座」申し込み

6月より、健康増進等複合施設（トレーニングルーム）で、トレーニング事業を開始いたします。トレーニング開始前に、「スタートアップ講座」の受講が必要です。ご希望の方は、下記の内容をご確認いただき、お申し込みください。

◆トレーニング事業

内 容	18歳以上で運動制限のない方に対し、運動機器を使用し、トレーニングを行います。利用開始前に、「スタートアップ講座」を受講していただきます。
利 用 日	火～日曜日（月曜日・祝日・年末年始は休館）
利用時間	①火～金曜日の13：00～19：00 ※午前中は、「はつらつトレーニング」実施中のため使用不可。 ②土、日曜日の9：00～19：00
利用回数	自 由
利 用 料	令和7年度は無料
場 所	健康増進等複合施設（トレーニングルーム）

◆スタートアップ講座

内 容	トレーニング開始前に、血圧測定・体組成測定・部屋の使い方・受付方法・すべての運動機器の使い方について説明します。
利 用 日	火～日曜日の指定日（月曜日、祝日、年末年始は休館）
利用時間	9：00～13：00もしくは13：00～17：00の間の1時間程度（平日もしくは土、日曜日） ※各月の設定日にご案内となります。
利用回数	トレーニングルーム利用前に必ず1回受講していただきます。（予約制）
利 用 料	令和7年度は無料
場 所	健康増進等複合施設（トレーニングルーム）

【スタートアップ講座申込受付日時】

5月19日（月）から 9：00～14：00

【申し込み方法】

利根町保健福祉センターへ電話または窓口にて申し込み

【トレーニングルームの利用開始までの流れ】

①保健福祉センターへ「スタートアップ講座」受講申し込み

②「スタートアップ講座」への参加（1時間程度）

③自由にトレーニング開始

「利根町食生活改善推進員（通称…食改さん）」は昭和36年に設立されました。「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンにピンクのTシャツを着て、食から始まる地域の健康づくり活動をしています。令和4年度にはより社会貢献活動の功績に対し表彰されました。今年度も健康づくり活動の推進を目標に食育講座、利根町文化センター講座、各種イベント活動での普及活動を行います。食改さんの活動を見かけたら、ぜひ声をかけてください。今年度も食生活改善推進員養成講座を開催予定です。詳細は広報とねで秋頃にお知らせします。



◆6月の各種検診について

検診名	日程（6月）・予約時間
結核・肺がん検診	○利根町文化センター 3日（火）・10日（火）～12日（木） ○利根町役場 4日（水）～6日（金）・8日（日） ○文間地区農村集落センター 9日（月）※午前中のみ実施 ○利根町生涯学習センター 13日（金）
肺がん検診（喀痰検査）	
肝炎ウイルス検診（B型・C型）	健診の予約時間
前立腺がん検診	① 9:00 ② 9:30 ③ 10:00 ④ 13:00 ⑤ 13:30 ⑥ 14:00

※生活保護世帯の方は、自己負担はありません。事前に申請してください。

★次回の検診は10月★ 予約は10月1日（水）から開始。ミニドックのみ9月26日（金）から開始。

- ・10月21日：ミニドック（胃がん・結核肺がん・大腸がん・特定健診または後期高齢者健診のすべてセット）
- ・10月22日～25日：結核・肺がん検診・肝炎検診・前立腺がん検診
- ・10月23日～25日：胃がん検診

◆各種相談 令和7年5月～6月の日程 ▶場所：利根町保健福祉センター

	日 程	予約方法	下記のうちの予約時間	内容
口腔相談	5月20日（火）	前日までに予約	9：30～12：00 13：00～13：45	歯科衛生士による口腔機能相談
ヘルシー相談	6月12日（木）	前日までに予約	9：00～12：00	管理栄養士による栄養相談
精神保健相談	6月10日（火）	1週間前までに予約	13：30～15：45	専門職による精神保健相談
もの忘れ相談	毎週水曜日	前日までに予約	13：30～15：30	もの忘れが気になる方などの相談



保健福祉センターだより
〒300-1632

茨城県北相馬郡利根町下曽根 221-1

tel 0297-68-8291

fax 0297-68-9149

利根町食生活改善推進員はこんなボランティア団体です！

がん治療を受けている方へ！
昨年度に引き続き、就労などの社会参加を応援するためウィッグ（かつら）および乳房補正具の購入やレンタル費用の助成をしています。
●助成対象者 次のすべてに該当する方
①ウィッグなどの購入またはレンタル開始から申請日まで、利根町に住所を有する方
②町税の滞納がない方
③がん治療を受けたことがある方
④同種の助成などを受けていない方
※「いばらきがん患者トータルサポート事業（社会参加サポート事業）補助金」との併用は可能
●対象となる経費
ウィッグ・乳房補正具
●助成額・助成回数
購入またはレンタルに要する経費の2分の1、上限1万円まで
1人につき、ウィッグ・乳房補助具それぞれ1回
※いばらきがん患者トータルサポート事業の補助を受けた場合、その交付額を差し引いた金額が対象
●申請期限
対象品の購入またはレンタルをした日の翌日から1年以内

結核・肺がん検診・肝炎検診・前立腺がん検診のお知らせ
●予約受け付け日時 5月14日（水）から開始
平日午前8時45分～正午／午後1時～5時
利根町に住民登録されている方が対象になります。検診内容、対象者、自己負担金については、令和7年度こころの健康づくりカレンダー（9ページ）をご確認ください。
※特定健診および後期高齢者健診と一緒に受診希望の方は、役場保険年金課（☎68・2211）へご予約ください。
※特定健診の予約は、5月16日（金）までです。（平日の午前9時から午後4時まで）



ネット予約
二次元コード