



妊婦対象

## RS ウイルス感染症

## ワクチン接種について

RS ウイルス感染症は、乳幼児が感染すると重症化することがあります。妊婦が予防接種を受けることで、母体内で作られた抗体が胎盤を通じて胎児に移行するため、生まれた子どもはRS ウイルスに対する予防効果を得ることができます。

**対象** 妊娠 28 週 0 日～36 週 6 日の人

**接種場所** 遠賀郡・中間市の指定医療機関または福岡県定期予防接種広域化実施医療機関※その他の医療機関を希望する場合は、事前にこども家庭センターに相談してください。



▲医療機関はコチラ

**持ってくるもの** 母子健康手帳

**問い合わせ** こども家庭センター

予防接種を受けましょう

## 風しんに

## かからないために

妊婦、特に妊娠初期の女性が風しんにかかると、赤ちゃんが目や耳、心臓などに病気を持つ「先天性風しん症候群」という病気にかかることがあります。町公式ホームページを確認し、対象になる人は予防接種を検討してください。



また、風しん第5期定期接種対象者（昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性）で、令和7年3月末までに抗体検査を受け、抗体が不十分だった人は、令和9年3月31日(水)まで予防接種が受けられます。詳しくは町公式ホームページを見てください。



**問い合わせ** 健康づくり課

## 高齢者の予防接種について

問い合わせ 健康づくり課

## 高齢者肺炎球菌 定期接種

事前に予約が必要です。接種できる医療機関など詳しくは町公式ホームページまたは健康づくり課に問い合わせてください。



**対象** 過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがなく、次のいずれかに当てはまる人

- 接種をする日に 65 歳
- 60～64 歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいがある（身体障害者手帳1級相当）

**費用** 5,900 円

帯状疱疹<sup>ほうしん</sup> 定期接種

接種できる医療機関など詳しくは4月上旬に送付した「令和8年度高齢者帯状疱疹予防接種接種券」を見てください。



**対象** 次のどちらかに当てはまる人

- 今年度に 65 歳、70 歳、75 歳、80 歳、85 歳、90 歳、95 歳、100 歳になる
- 接種日に 60～64 歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいがあり、日常生活がほとんど不可能である

**費用**

- 組換えワクチン=1回 11,000 円（2回接種）
- 生ワクチン= 4,600 円

※どちらかを選んで接種

**接種期間** 令和9年3月31日(水)まで

## 帯状疱疹 任意接種

令和8年度に限り、令和9年度～令和11年度に定期接種の対象となる人も接種できます。接種できる医療機関など詳しくは4月に送付した案内ハガキを見てください。



**対象** 今年度に 67 歳、68 歳、69 歳、72 歳、73 歳、74 歳、77 歳、78 歳、79 歳、82 歳、83 歳、84 歳、87 歳、88 歳、89 歳、92 歳、93 歳、94 歳、97 歳、98 歳、99 歳になる

**費用** 帯状疱疹定期予防接種と同じ

**接種期間** 令和9年3月31日(水)まで



- 生活保護受給者・住民税非課税世帯の人は費用が無料です。※確認書類が必要です。
- 65 歳以上の人で、令和7年度中に任意接種を受けた人は、助成の対象となる場合があります。健康づくり課に問い合わせてください。



### 子育て応援! 5歳児健診が始まります

5歳はできることがぐんと増え、生活の幅が大きく広がる時期です。5歳児健診は、小学校生活を安心して迎えられるよう、子育ての不安や疑問を気軽に相談できる場です。対象

者には生年月日の早い人から順に通知します。詳しくは町公式ホームページをご覧ください。  
**対象** 満5歳になる子ども  
**問い合わせ** こども家庭センター



### 未来の自分のために 年に一度は健診に行こう!

	①生活習慣病予防健診	②骨粗しょう症検診	③子宮頸がん検診
対象	次のどちらかに当てはまる人 ● 19～39歳で健診を受ける機会がない ● 19歳以上の生活保護受給者	①を受ける19～39歳の女性	次のどちらかに当てはまる女性 ① 20歳以上で西暦が偶数年に生まれた ② 21歳の無料クーポン対象である
内容	問診、身長、体重、腹囲、血圧、血液検査、尿検査、診察、乳がん自己検診法の説明(女性のみ)	問診、かかとの骨密度測定(超音波検査)	問診、細胞診
費用	500円	500円	①=900円、②=無料
とき	● 6月30日(火) ● 7月4日(土) ● 7月30日(木) ● 8月27日(木)※託児あり ● 8月30日(日) ● 9月12日(土)※託児あり ● 10月10日(土) ● 10月28日(水)	● 8月27日(木) ※託児あり ● 9月12日(土) ※託児あり	● 7月4日(土) ● 8月27日(木)※託児あり ● 9月12日(土)※託児あり ● 10月28日(水)
全て午前8時30分～11時15分(時間指定不可)			
ところ	いこいの里※8月30日(日)は東部公民館、10月10日(土)は中央公民館		
申し込み	健診日の5週間前までに次のいずれかの方法 ● 健康づくり課に電話 ● 電子申請※右の二次元コードから ● 健診の案内に同封されている申し込みハガキを郵送※届いた人のみ		 

※年齢は令和9年3月31日時点  
※9月12日(土)の子宮頸がん検診は女性の医師が対応  
※8月27日(木)は③のみの受診不可。①も必ず受けてください。  
※妊娠中または産後1年未満の人は受診を控えてください。

※生活保護受給者は②と③が無料になります。当日診療依頼書を持参してください。  
※託児は1歳～就学前の子どもが対象です。(要予約。健診の申込期限までに健康づくり課に電話)

### ヘルシークッキング

No. 406 ～しょうがの爽やかな風味で味わいアップ!～  
サバのしょうがマヨネーズ焼き

※しょうがの血行促進効果は、夏に向けて暑さに負けない体づくりをサポートします。

#### 2人分の材料

●サバ2切れ(1切れ80g) ●トマト60g ●レタス80g ●塩少々

A: ●マヨネーズ大さじ3 ●ショウガ(すりおろし)大さじ1 ●濃口しょうゆ小さじ1 ●万能ねぎ(小口切り)5g



#### 1人分の主な栄養価

エネルギー340kcal、たんぱく質17.6g、食塩相当量1.1g

監修 岡垣町食生活改善推進会(ヘルスメイトの会)

#### 作り方

- ① トマトはくし形に切る。レタスは千切りにし、水にさらしておく。
- ② Aを混ぜ合わせておく。
- ③ サバの両面に塩を振り、魚焼きグリルでこんがり焼き目がつくまで焼く。
- ④ 中まで火が通ったら皮目に②を塗り、さらに焼く。
- ⑤ ④に焼き色がついたら器に盛り、①を添える。