

3月1日から3月7日は子ども予防接種週間です

麻しんおよび風しん混合予防接種

対象者 1期：生後1歳以上2歳未満児
2期：就学前1年間にある児

ジフテリア・破傷風二種混合予防接種

対象者 11歳以上13歳未満児
(平成28年4月に小学6年生に個人通知済み)

まだ、予防接種を受けていないお子さんは、体調の良いときに揖斐郡内の医療機関へ予約してください。
接種時の持ち物 予診票、母子健康手帳(予診票がない方は揖斐川保健センターにご連絡ください)

任意のおたふくかぜ予防接種料金助成の申請

対象者 1歳以上小学校就学前児
助成額 3,000円
※接種後、1年以内に申請してください。
※助成回数は1回です。



【お問い合わせ】 揖斐川保健センター Tel23-1511

高齢者肺炎球菌予防接種

平成28年度の対象者の接種期間は3月31日までです。
ご希望の方は「予診票」を発行しますので、必ず揖斐川保健センターまでお問い合わせください。

対象者 揖斐川町に住居登録がある該当年齢の希望者
65歳(昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生)
70歳(昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生)
75歳(昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生)
80歳(昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生)
85歳(昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生)
90歳(大正15年4月2日～昭和2年4月1日生)
95歳(大正10年4月2日～大正11年4月1日生)
100歳(大正5年4月2日～大正6年4月1日生)
※ただし、過去に受けられた方は、対象となりません。

接種場所 揖斐郡内の指定医療機関、岐阜県広域化予防接種協力医療機関

費用 自己負担金 3,000円(医療機関窓口で支払い)

持ち物 町が発行した「高齢者肺炎球菌予防接種予診票」

【お問い合わせ】

揖斐川保健センター Tel23-1511

3月のおたっしや教室

足腰を丈夫にしたい方におすすめの、
自宅で続けられる体操を紹介します。
参加無料、申込み不要です!

対象 揖斐川町にお住まいの65歳以上の方
どの公民館でご参加いただいても構いません。

受付・血圧測定：9時30分～ 教室：10時～11時30分

公民館	部屋	日程(毎月)	3月開催日
揖斐	1階和室	第3木曜	3月16日(木)
大和	2階集会室	第2木曜	3月9日(木)
北方	1階集会室	第3水曜	3月15日(水)
清水	1階集会室	第2金曜	3月10日(金)
小島	1階集会室	第4木曜	3月23日(木)
胫永	1階ホール	第1木曜	3月2日(木)

持ち物 運動のできる服装、水分、タオル
教室ファイル(お持ちの方)、
上靴(揖斐は和室のため不要)

【お問い合わせ】

地域包括支援センター Tel23-1341

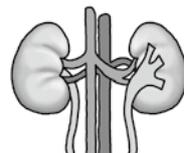
3月は自殺対策強化月間です

～心のサインを感じたら、1人で悩まず相談しましょう～

- ◎全国一斉こころの健康相談 Tel0570-064-556(統一ダイヤル)
- ◎よりそいホットライン(24時間対応) Tel0120-279-338(フリーダイヤル)

《3月の第2木曜日は、世界腎臓デー》

平成29年の世界腎臓デーは、3月9日（木）です。



慢性腎臓病（CKD）をご存じですか？

☆慢性腎臓病（CKD）とは・・・

「腎障害」か「腎機能低下」のいずれか、あるいは両方が一定期間以上続く状態のこと。

大人の8人に1人はCKDだと推計されています。



【CKDはなぜ危険？】

☆初期の段階では、自覚症状がありません！

⇒自覚症状があらわれた時には、病気が進行していることがほとんどです。

【CKD悪化で起こる自覚症状】

・むくみ ・だるさ ・貧血 ・吐き気 ・食欲不振 など

☆腎臓の機能は、一度低下すると元には戻りません。

⇒病気が進行すると、腎不全に陥り、人工透析が必要になってしまいます。また、脳卒中や心筋梗塞などの危険性も高まります。

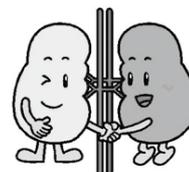


腎臓を守るための節塩講習会 ～知ろう！防ごう！CKD～

「新たな国民病」とも言われる慢性腎臓病について、生活習慣や健診結果と腎臓の深い関わりや、日常生活での予防法など、詳しく解説します。

簡単な調理実習もあります。ぜひ参加してください！

- 日にち 3月15日(水) (9:15～ 受付)
- 時間 ①9:30～13:00 / ②13:00～15:00
- 内容 ①節塩の話、調理実習 / ②腎臓についての話
- 場所 揖斐川保健センター 2階
- 持ち物 エプロン、三角巾、布巾、健診結果
- 実習費 300円



定員 : ①20人(先着順) / ②なし
申込み締め切り 3月8日(水)

午前と午後、どちらかだけでも参加できます。

【お問い合わせ・申込み先】 揖斐川保健センター (Tel 23-1511)