

# 緊急決定 麻しんの予防接種補助について

麻しんの感染拡大を防止するため、緊急対応策として、「生後6か月から12か月未満」と「MRの定期接種の対象年齢時に接種できなかった方」を対象に行政措置による予防接種の補助を行います。

## 【対象児】

- ◇ 生後6か月～12か月未満
  - ※1歳の誕生日前に接種を受けた場合は、もう一度1歳の定期予防接種（無料）を受けてください。
- ◇ MR1期行政措置対象者：24か月以上～MR2期対象年齢前（2歳になった者～H25年4月2日生）
- ◇ MR2期行政措置対象者：小学校1年生～小学校6年生相当（H18年4月2日生～H24年4月1日生）

【実施期間】 平成30年4月1日～平成30年6月30日

【種類】 MR（麻しん）ワクチン

【補助額】 MRワクチンは上限1万1,334円、はしか単独ワクチンは上限7,808円



## ～実施期間内に自己負担にて予防接種を受けたお子さまの保護者へ～

実施期間内に行政措置対象児がMR（麻しん）ワクチン予防接種を自費で受けた場合は、接種費用の払い戻し（口座振込）を行いますので、下記の期間中に健康支援課母子保健係の窓口で手続きを行ってください。

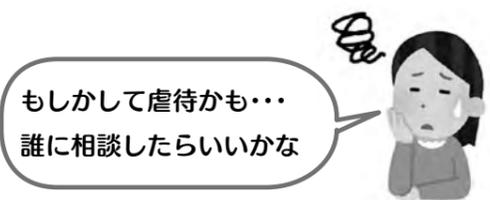
- 対象と接種対象期間 平成30年4月1日～H30年6月30日までに接種した行政措置予防接種
- 申請に必要なもの 領収書、母子手帳、接種記録後の予診票、通帳、認印持参
- 申請期間 平成30年5月7日～平成30年8月31日

【お問い合わせ】 福祉部 健康支援課 母子保健係 ☎945-4791

# 地域包括支援センターが移転します



介護サービスってどんなものがあるんだろう？  
誰かに相談したいな…



もしかして虐待かも…  
誰に相談したらいいかな



ずっと健康でいてほしい！  
介護予防にどんなことができるかな？

## 包括支援センターでは…

高齢者の方、またその家族が安心して西原町で生活を続けることができるよう、以下の支援を行います。

- ①相談を受け、情報提供や必要なサービスと連携
- ②介護予防支援
- ③虐待防止・権利擁護の相談

- ・相談内容や個人情報等の**秘密は厳守**されます。
- ・センター職員は町発行の身分証を携帯していますので、ご確認ください。

今まで坂田交差点近くに位置していましたが、  
**西原町社会福祉協議会内**  
**(西原町役場向かい)に移転しました。**

【お問い合わせ】 福祉部 健康支援課 介護支援係 ☎945-4791  
地域包括支援センター ☎882-0117

健康だより

# 元気に歳を重ねるために

西原町の介護認定で「要支援1」と「要支援2」に認定された方の、介護が必要になった主な原因は関節疾患や転倒・骨折によるものです。これらの原因を解消するためには、生活機能の低下に早めに気づき、改善することが大切です。

## ＊【生活機能の低下を防ぐ3つのポイント】＊

### ①運動機能の向上

高齢になっても運動を続けることで、筋力は向上するといわれています。また、運動は筋肉や骨の衰えを防止するだけでなく、呼吸や心臓など循環器系により影響を与え、脳や神経をよい状態に保ちます。



介護予防施設『いいあんべ一家』  
(946-1734、中央公民館隣り)では健康器具の利用や軽体操などの講座を開催しています。

### ②栄養改善

加齢に伴って身体機能が変化すると、食事の摂取量が減り、低栄養による疾病の危険度を高めることとなります。活動源となる「エネルギー」やからだを維持する「タンパク質」の不足を防ぐために、主食と主菜をしっかりととりましょう。

身体を健康に保つための食事は、**西原町 ライフステージ別 バランス食** で検索

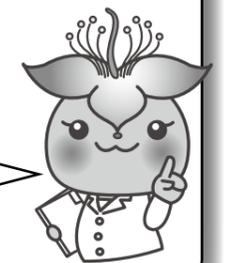


### ③口腔ケア

口腔機能が低下すると十分な栄養が取りにくくなることから、体力や免疫力の低下につながり、感染症にもかかりやすくなります。よく噛む習慣をつけ、毎食後の歯磨きや入れ歯の手入れ、舌の手入れを行い、口の中を清潔に保ちましょう。また、定期的に検診を受けることもお勧めです。

#### 口の体操(パタカラ体操)

- 「パパパ…」と発音する ⇒ 食べこぼし防止の効果がある
- 「タタタ…」と発音する ⇒ 食べ物を口の中に送り込む動きに効果がある
- 「カカカ…」と発音する ⇒ 食べ物を食道に送り込む動きに効果がある
- 「ラララ…」と発音する ⇒ ごっくと飲み込む動きに効果がある



医療法人 和み会

# 城間 医院

西原中学校向かい  
電話：(098) 945-4551

## 内科

生活習慣病、胃・大腸カメラ、肝臓病、  
特定健診、予防接種 など

## 心療内科・精神科

心の不調、うつ、睡眠障害 など