



健やかランド紫波

健康と福祉の情報コーナー

【担当】 長寿健康課 健康推進室 ☎672-2111 内線1345

高齢者用肺炎球菌ワクチン定期予防接種が始まりました

■対象者 町に住民登録をしていて①および②に該当する人

※過去に接種を受けたことがある人は定期予防接種の対象外です。

①平成29年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人

年齢	生年月日
65歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生
70歳	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生
75歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生
80歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生
85歳	昭和 7年4月2日～昭和 8年4月1日生
90歳	昭和 2年4月2日～昭和 3年4月1日生
95歳	大正11年4月2日～大正12年4月1日生
100歳	大正 6年4月2日～大正 7年4月1日生

②60歳以上65歳未満の人で、心臓、じん臓または呼吸器の機能に障害がある人、およびヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある人(身体障害者手帳1級)

■補助金額 5000円(医療機関の接種料金との差額は自己負担となります)

※生活保護世帯の人は無料ですが、事前手続きが必要です。

■接種回数 1回

■事前手続きが必要な人 対象者②の人と生活保護世帯の人は、接種前に手続きが必要です。専用の予診票を配付しますので、印鑑を持参の上、長寿健康課にお越しください。

町は、本年度も予防接種法に基づき、高齢者用肺炎球菌ワクチンの定期予防接種を町の指定医療機関で実施します。定期予防接種は1人1回です。(定期予防接種とは、「予防接種法」に基づいて

予防接種は指定医療機関で受けられます

肺炎球菌には90種類以上の型がありますが、高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種は、そのうち23種類の型に対して効果があります。

肺炎球菌は肺炎などを引き起こす細菌で、せきやくしゃみなどによって飛び散る飛沫によって感染します。肺炎は日本の死亡原因の第3位で、特に高齢者の肺炎での死亡率は高くなっています。日常にかかる成人の肺炎のうち、一番多い原因菌は肺炎球菌といわれています。

肺炎などを引き起こす「肺炎球菌」

接種後は予防接種済証を大切に保管しましょう

健康な人は、少なくとも接種後5年間は効果が持続するといわれており、毎年接種する必要はありません。接種した後は接種日を忘れないよう、医療機関から渡される予防接種済証を大切に保管してください。過去に接種を受けた人が、5年以内に接種を行うと、注射部位の痛み、赤み、しこりなどの副反応が、初めて接種したときより頻度が高く、程度が強くなる場合がありますので、ご注意ください。

町保健推進員協議会 梅沢葉子さんが栄えある受賞

町保健推進員協議会(瀬川智子会長)で副会長を務める梅沢葉子さんが、6月14日に盛岡市都南文化会館で開催された「第32回 岩手県保健推進委員等代表者協議会」で、「平成29年度岩手県保健推進委員等代表者協議会会長表彰」を受賞しました。

梅沢さんは、平成14年から町の保健推進員協議会役員として活動。22年から現在まで副会長として長年にわたる地域の保健活動に尽力いただいています。(この表彰は、会長10年以上、会長以外は15年以上継続した人に贈られます)



瀬川会長(左)と表彰状を手に喜びを見せる梅沢さん(右)

からだよろこぶ ヘルシーレシピ

彩り野菜の生春巻き

町食生活改善推進員協議会日誌地区
今 ゆかりさんのレシピです



写真は町食生活改善推進員協議会日誌地区の皆さん



材料(4人分)

ライスペーパー…… 4枚	鶏むね肉…………… 100g
キュウリ…………… 1本	塩…………… 少々
パプリカ…………… 1/2個	レモン汁…………… 小さじ2
紫キャベツ…………… 2枚	マヨネーズ…………… 大さじ1
ニンジン…………… 1本	刻んだハーブ(イタリアンパセリやフェネルなど)
レタス…………… 2枚	…………… 小さじ1
サニーレタス…………… 2枚	

- ①キュウリ、パプリカ、紫キャベツ、レタス、ニンジンは5mm幅のせん切りにする。サニーレタスは食べやすく切っておく。
- ②鶏むね肉は塩少々をふり、ゆでる。火が通ったら冷ましてほぐしておく。
- ③ライスペーパーを水で戻し、①②を並べて包みながら巻く。
- ④巻き終わったら、半分の長さに切り、盛り付ける。
- ⑤ハーブはみじん切りにする。マヨネーズとレモン汁を混ぜ合わせ、ハーブも加えてソースを作る。
- ⑥④の春巻きに⑤のソースをつけてお召し上がりください。

福祉と健康 すこやか情報室

【担当】町民福祉課 福祉推進室 ☎672-2111 内線1223

地域に暮らす障がい者のための総合相談窓口 「紫波地域障がい者基幹相談 支援センター」開設

紫波地域障がい者基幹相談支援センターは、紫波町・矢巾町に暮らす障がい者の総合的な相談支援を行う機関として、矢巾町の「社会福祉法人新生会」内に今年4月に開設しました。

障がいの種別(身体障害・知的障害・精神障害・難病・発達障害など)に関わらず、子どもから大人まで、障がいのある人が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、経験豊富な相談支援専門員が困りごとや不安に思っていることなど、さまざまな相談に応じます。

また、障害福祉サービスや各種制度を利用するための支援、情報提供などを行い、相談の内容に応じて必要な支援機関(医療・保健・福祉・教育・行政など)との調整や連携も行います。

障がいについてどこに相談してよいか悩んでいる人は、紫波地域障がい者基幹相談支援センターへご相談ください。 **相談無料**

相談例) 障がいのことで困っていることや不安に思っていることはありませんか?

- ・通所や入所ができる障害者支援施設を紹介してほしい
- ・障害者手帳や福祉用具の手続きはどうか進めればいいのか?
- ・学校卒業後や親が亡くなった後など、今後のことが不安 など

■**対象** 紫波地域に住む障がいのある人や、そのご家族・関係者(年齢や障がい種別、障害者手帳の有無は問いません)

■**受付時間** 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)
午前8時30分～午後5時15分

■**相談先** 紫波地域障害者基幹相談支援センター(社会福祉法人新生会)
矢巾町大字室岡12-70-9 ※平成29年秋ごろに矢幅駅前へ移転予定
☎・FAX 697-3300



紫波地域障がい者基幹相談支援センター
スタッフの皆さん

お話を伺いながら、悩みや心配ごとの解決に向けて私たちが一緒に考えます。電話や来所、訪問などで相談を受け付けていますので、一人で悩まずに気軽にご相談ください。

5月25日に社会福祉法人新生会(矢巾町)で看板上掲式が行われ、熊谷町長も出席しました。

(左から)高橋昌造矢巾町長、社会福祉法人新生会阿部肇男理事長、紫波地域障がい者基幹相談支援センター八重嶋幸子所長、熊谷町長

