

☆ 発酵の里 きらきら健康メモ ☆

風しん抗体検査と予防接種を受けよう！！

風しんは成人がかかると症状が重くなることもあり、妊娠初期の妊婦さんに感染すると生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障害が起きることがありますので、家族や周囲の方の予防が大切になります。

《昭和37年度～昭和53年度生まれの方へ》

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性は、過去に公的に予防接種が行われていないため、クーポン券を利用し無料で検査と予防接種ができます。

※クーポン券は令和元年5月に郵送しております。

【接種の流れ】

STEP 1：クーポン券を利用して、風しん抗体検査を受ける

- ① 勤め先の健康診断の際に受けられる場合があります。
(勤務先に確認してください)
- ② 医療機関で受ける。

接種できる医療機関は決まっておりますので、厚生労働省のホームページで確認してください。クーポン券はリストに載っている医療機関であれば、全国どこでも使用できます。

※[風しん抗体検査・風しん第5期定期接種受託医療機関](#) で検索 

STEP 2：抗体検査の結果を聞き、免疫がない場合は風しん予防接種を受ける

結果は、検査を受けたところで確認してください。

◎[免疫がなかった方⇒予防接種を受けてください。](#)

免疫があった方⇒予防接種は不要です。

▶問合せ 保健福祉課保健係 ☎1603



香取地域精神保健福祉ピアサポート講座開催

ピアサポートとは「病気や障がい等の経験を生かし、当事者主体でお互いに支え合う、さまざまな活動」のことです。第1回目はピアサポーターに関心がある方、第2回目はピアサポーターを希望される方になります。初めての方も大歓迎です。興味のある方は、お気軽にお申し込みください。

- ▶ 第1回基礎講座
2月4日☎ 13:30～15:30
- ▶ 第2回養成講座（基礎講座への参加が条件）
2月13日☎ 13:30～15:30
- ▶ 場所 香取合同庁舎 4階 中会議室
- ▶ 対象 精神保健福祉ピアサポートに興味のある方
- ▶ 参加費 無料
- ▶ 問合せ 香取障害者支援センター
〒287-0003香取市高萩1100番地2
☎☎6919 Fax 0478-75-1688

千年万年歩ころよ！

理学療法士、作業療法士によるやさしい健康体操です。寒い時期ですが、ゆっくり身体を動かしてみませんか？
一生歩ける身体づくりのコツを覚えましょう。

- ▶ 日時 1月27日☎ 14:00～16:00
- ▶ 申込 1月6日☎～
- ▶ 定員 30名程度
- ▶ 持ち物 水分補給用の水筒など



- ▶ 問合せ 地域包括支援センター
☎☎1607