

平成19年度 高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ

市では、高齢者インフルエンザ予防接種を10月1日から実施します。
希望される方は茨城県広域予防接種協力医療機関で接種してください。

- 接種期間 10月1日(月)～平成20年1月31日(木)
- 対象者
 - ①予防接種日現在65歳以上の方（インフルエンザ予防接種券を9月中に郵送します。）
 - ②60～64歳の者であって心臓・腎臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する者（各障害について身体障害者手帳1級及び2級保持者）

*本人の申し出によりインフルエンザ予防接種券を発行します。
10月1日以降、身体障害者手帳をご持参の上健康増進課（伊奈保健センター・谷和原保健福祉センター）窓口にお越しください。
- 公費負担額 2千円まで（2千円を超える額が自己負担となります。）
*生活保護を受給されている方は全額公費負担となります。
- 接種回数 1回（2回目以降は全額自己負担となります）
- 接種場所 茨城県広域予防接種協力医療機関
*予防接種を受ける際は、必ず医療機関に広域予防接種協力医療機関かどうか確認してください。
広域予防接種協力医療機関でない医療機関で接種を希望される方は、事前に健康増進課までお問い合わせください。
（事前にお問い合わせなく接種を受けた方は、全額自己負担となります。）
*茨城県外の医療機関を希望される場合は、事前に健康増進課へお問い合わせください
（対象となる方は、施設入所者及び病院入院者のみとなります。）
- 予防接種要注意者紹介制度
 - 〈対象者〉
 - ①心臓・腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常が極度に制限される程度の障害を有する方
 - ②ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方
 - ③上記以外で医学的な理由で、接種の判断が困難であるとされた方
 - 〈接種できる医療機関〉
 - ・筑波大学附属病院
 - ・総合病院取手協同病院
 - ・総合病院土浦協同病院

希望される方は、事前に健康増進課までお問い合わせください。

健康なからだは、食事から

ヘルシークッキング教室

市生活改善推進員による「ヘルシークッキング教室」を開催します。

今回のテーマは、『減塩食』です。すでに血圧の薬を飲んでいる方でも減塩は必要です。うす味でもおいしく食べられるお料理をご紹介します。

○日時 10月22日(月) 午前10時～午後1時

○会場 谷和原保健福祉センター

○メニュー

▼木綿豆腐のピリ辛煮

▼ブロッコリーのレモンじょうゆかけ

ゆかけ

▼豚もも肉の簡単煮物

○費用 一人200円

○定員 20人（申し込み多数の場合は、抽選）

○申込期限 10月9日(火)

◆申し込み・問い合わせ先

健康増進課（谷和原保健福祉センター内）

☎25-2100