

子どもの予防接種期限を確認しよう

町では、お子さまの予防接種（定期接種）を行っています。対象の方には通知をしていますが、忙しく受け忘れてる方もいるようです。

予防接種を受けることで、お子さま自身がその病気にならない、または軽く済むことだけでなく、みんなが免疫を持つことで感染症の流行を抑えることができます。

感染症にかかると重い後遺症を残したり、死亡することもあります。また、将来お子さまが進学・就職の際に予防接種について聞かれ、未接種の場合、接種するよう勧められる場合もあります。

お子さまのためにも、お子さまの通う保育園・幼稚園・学校等で感染症を流行させないためにも、接種時期が来ましたら、早めに接種するようお願いいたします。

2か月になったらワクチンデビュー

生後2か月になったら予防接種を受けることができます。

対象の方には案内を郵送しています。母子手帳で接種できているか確認しましょう。



予防接種名			接種方法
ヒブ	同時接種（1回に2種類接種）	初回3回 追加1回	集団接種
小児肺炎球菌	生後2か月～	初回3回 追加1回	
B型肝炎	生後2か月～	3回	個別接種
四種混合	生後3か月～	初回3回 追加1回	
BCG	生後5か月～	1回	集団接種
麻しん風しん	第1期 1歳～	1回	
	第2期 次年度小学校就学の者	1回 計2回	
水痘	1歳～	2回	1期：集団接種 2期：個別接種
日本脳炎	第1期 3歳～	初回2回 追加1回	
	第2期 9歳～	1回 計4回	
二種混合	11歳～	1回	個別接種

※町で行う定期接種は無料です。但し、**接種時期が過ぎると自費**となります。

※『集団接種』は、保健福祉センターで行います。

『個別接種』は、指定医療機関にて予約のうえ受けていただきます。詳しくは案内をご覧ください。

4月より変わります！
ヒブ・肺炎球菌も個別接種になります。対象の方には案内を郵送します。

予防接種の間隔がわからない方はスケジュールを組みますので連絡してください。



保健福祉センター 3月行事カレンダー

日	曜	時間	行事名
1	木	13:00～	BCG・日本脳炎予防接種（受付13:25まで）
2	金	～	こころの相談会（予約制）
5	月	9:00～11:30	妊婦相談（母子手帳交付）（5・12・19・26日）
6	火	～	あかちゃん教室（6・13日）（受付9:45～10:00まで）
7	水	9:00～12:00	妊娠～産後何でも相談（予約制）
		～	6ヶ月児相談（受付9:15～9:30まで）
22	木	～	12ヶ月児相談（受付10:00～10:15まで）
		～	3歳児健診（受付12:50～13:20まで）
9	金	9:30～	育児サークル（受付9:45まで）
19	月	13:00～	ヒブ・肺炎球菌ワクチン予防接種（受付13:25まで）（19・29日）
22	木	～	2歳児教室（受付9:15～9:45まで）
		～	1歳6ヶ月児健診（受付13:30～14:00まで）
		～	3歳児健診（受付12:50～13:20まで）

◆日時が変更となる場合がありますのでご確認ください。

いっしょに取り組みましょう！

みんなで介護予防

高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるように、町では介護予防の取り組みを行っています。

運動で足腰を鍛えることは、転倒防止や認知症の予防、うつ予防などにも役立ちます。「年だから仕方がない」と諦めずに、積極的に運動に取り組む事で、運動器の機能維持・向上や若がえりを目指しましょう！

●東伊豆町若がえり健康教室

日程：平成30年4月1日～平成31年3月31日（通年教室）

場所：いきいきセンター（毎週月曜日 13:30～15:30）

保健福祉センター（毎週金曜日 13:30～15:30）

対象者：65歳以上で東伊豆町民の方。医師から運動制限を受けていない方

講師：齋藤 文子先生（ココから体操指導員・健康管理士）

募集期間：平成30年3月1日（木）～3月9日（金）※定員（20人）になり次第、受け付けを終了します。

内容：からだのバランス体操や手指・脳を使う体操、膝痛・腰痛予防緩和の体操を楽しく行い、みんなで若がえりを目指します。



東伊豆町若がえり健康教室



東伊豆町若がえり健康教室



ひがしいず健康体操教室



ひがしいず健康体操教室

●ひがしいず健康体操教室（城東地区対象）

日程：平成30年4月11日～平成30年7月18日（全8回）

※4月11日・25日 5月9日・23日 6月6日・20日 7月4日・18日

場所：保健福祉センター 1階 検診室

対象者：65歳以上で東伊豆町民の方。（城東地区にお住まいの方）医師から運動制限を受けていない方

講師：熱川温泉病院 リハビリテーション部 理学療法士

募集期間：平成30年3月1日（木）～3月9日（金）※定員（20人）になり次第、受け付けを終了します。

内容：ストレッチ体操・転倒予防体操・筋力向上運動を行います。

高齢者向けの体操・運動なので無理なく行うことができます。

その他：送迎を希望される方は、申し込み時に確認してください。

◎稲取地区にお住まいの方は、7月の広報ひがしいずに教室のお知らせを掲載する予定です。