

令和元年



# 町の保健だよ!



健康保険課 健康長寿班  
連絡先 (内線 131~136)

## ☆ 町食生活改善推進員 (みつば会) による 調理実習のお知らせ ♪

### 『お正月 (郷土) 料理』

- 日時: 12月15日(日) 9時30分~
- 場所: 鶴遊館 調理室
- 参加費: 200円
- 持ち物: エプロン、三角巾、手ふきタオル
- 締切: 12月9日(月)



#### <メニュー>

- ・デコレーション寿司
- ・ホーイエピン (荷葉餅)
- ・白菜とりんごのサラダ
- ・白玉汁

小麦粉で作った中国式クレープです。お肉や野菜を包んで食べます。



## ☆ 風しん抗体検査・予防接種の全額助成について

妊娠中の女性が風しんに感染すると、生まれてくる赤ちゃんが眼や耳、心臓などに障害が出るおそれがあります。鶴田町では風しんから妊婦さんとおなかの中の赤ちゃんを守るため、風しん抗体検査と予防接種の助成をおこなっています。

### <助成事業①>

#### ○助成対象者

- ・おおむね20歳から45歳の妊娠を予定、または希望している女性とその夫
  - ・現在妊娠している女性の夫
- ※夫は正式な婚姻関係にある方が対象です。



#### ○抗体検査の流れ

1. 役場◎窓口またはお電話でお申し込みください。
2. 医療機関で抗体検査を受けてください。
3. 抗体検査の結果を確認します。検査結果、領収書、振込先通帳、印鑑をお持ちの上役場◎窓口で費用助成の手続きをしてください。

### <助成事業②>

#### ○助成対象者

- 昭和47年4月2日から
- 昭和54年4月1日生まれの男性



#### ○抗体検査の流れ

- ・対象の方に送付した抗体検査受診票を持参の上、町内の医療機関で抗体検査を受けてください。検査結果は役場から送付します。
- ※町外の医療機関等で抗体検査をしたい場合には、役場までご連絡ください。ご連絡をいただいた後、町外で使用できるクーポンを送付します。

### ○予防接種の流れ (助成事業①、②共通)

- ・抗体検査の結果 抗体価が十分な場合 → 予防接種は不要です。
- 抗体価が低い場合 → 予防接種の対象者となります。



※詳しくは、役場 健康保険課 健康長寿班◎ までお問い合わせください。

## 「傾聴サロン」で ほっこり、すっきりしませんか



誰かに話を聞いてもらいたいとき、また誰かと話をすっきりしたいときなどありませんか?

鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つるりんの会」が、あなたのお話をじっくりと聴きます。

お話した内容の秘密は厳守します。安心してお越しください。

- ★日時: 12月2日(月)、16日(月)
- 午後1時~3時

★場所: 鶴遊館 栄養指導室



## からだ すっきり! さっぱり! 健康運動教室のお知らせ

- ★開催日: 12月5日(木)、9日(月)、12日(木)、26日(木)

★場所: 鶴遊館

★時間: 午前10時~11時

- \*申し込み不要です。
- \*運動できる服装でおいでください。お茶、水、タオルなどをお持ちください。

