



## 日本脳炎予防接種

【問合せ】

保健課 保健事務係

☎773-6811

日本脳炎の予防接種は、平成17～21年度に積極的勧奨の差し控えがありました。新たなワクチンが開発され、従前と同様に接種できます。

平成10～18年度に生まれた人は、平成17～21年度に日本脳炎の予防接種を受けていないことがあります。母子健康手帳などを確認し、下表に沿って、接種を受けてください。

平成10年4月2日～平成19年4月1日生まれの人は、20歳の誕生日の前日まで、日本脳炎の定期予防接種を受けることができます。

※予診票の再発行が必要な人は、母子健康手帳を持ち、保健課、子育て支援課、大和・塩沢市民センターにおこしくください

## 1期接種（合計3回）

生年月日	1期の標準的な接種
平成19年4月2日以降	3歳時に2回（6日～28日の間隔を空ける）、その後おおむね1年をおいて（4歳時）1回 ※3回目は、2回目から6か月を経過していれば接種可 7歳半が接種期限です。期限内に、不足回数を接種しましょう。平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人は、1期に限り特例で9歳以上13歳未満でも接種可
平成10年4月2日～平成19年4月1日	未接種の人は、不足回数を接種しましょう。 ※郵送した接種券をご利用ください。20歳以上になると、全額自費となります

## 2期接種（1回）

生年月日	2期の標準的な接種
	1期（全3回の接種）終了後、9歳から10歳に達するまでに1回接種する
平成19年4月2日以降	9歳のときに1回。9歳の誕生日前月に接種券を郵送します。
平成10年4月2日～平成19年4月1日	1期が未完了の人は、2期は接種できません。1期が完了した人は、2期の接種についてご相談ください。
平成10年4月2日～平成19年4月1日	1期が完了したら、2期を接種しましょう。郵送した接種券をご使用ください。 ※20歳以上になると、全額自費となります

※1期接種が2回以下の人は、前回の接種から期間が空いても差し支えないので、6日以上の間隔を空けて残りの回数を接種してください。合併前の旧町の予診票も使用できますが、接種券のないものは使用できません。市役所の窓口で再発行を受けてください。この表にない場合でも、医療機関において任意（全額自費）で接種可

	日程	内容
第1回	7月23日（月） 9:30～14:30	講話：食推員の活動 台所の衛生管理 食事の適量を知ろう 調理実習：基本のだし
第2回	8月22日（水） 9:30～14:30	講話：南魚沼市の健康づくり 減塩のすすめ 調理実習：塩分控えめ！バランス食
第3回	9月26日（水） 9:30～14:30	講話：生活習慣病予防（糖尿病） 調理実習：糖尿病予防！バランス食 運動：毎日+10分 楽しく運動
第4回	10月22日（月） 9:30～14:30	講話：ロコモティブシンドロームを知っていますか？ 楽しく学ぶ お口の健康 調理実習：生涯骨太クッキング
第5回	11月13日（火） 9:30～14:30	講話・調理実習： バランス弁当バイキング

食生活改善推進員養成講座  
栄養教室参加者募集

【問合せ・申込み】保健課

☎773-6811

南魚沼市食生活改善推進員（食推）は、「私たちの健康は、私たちの手で」をスローガンに、食生活を通じた健康づくりに関するボランティア活動を行っています。

期間 7月～11月（全5回）  
会場 塩沢保健センター

対象 市内に住所があり、教室終了後は、食推員として活動できる人

費用 調理実習1回500円  
締切り 7月12日（木）

楽しく料理を作ることを通して、地域で健康づくりの輪を広げる活動をしてみませんか。