



# 『きくよう健康倶楽部』通信 [No.14]

## きくよう健康倶楽部継続申請書を送付しました

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

きくよう健康倶楽部は年度ごとの更新が必要です。  
来年度も継続して取り組む場合は、継続申請書などの提出が必要です。

### 引き続き、更新料は無料です

1月末に、きくよう健康倶楽部会員に向けて、令和2年度への継続申請書を郵送しました。期限までに提出をお願いします。

- 提出書類
  - ・きくよう健康倶楽部継続申請書
  - ・アンケート
- 提出場所
  - ①健康・保険課
  - ②総合交流ターミナルさんふれあ
  - ③光の森町民センター
- 提出期限
  - 2月29日(土)
  - 最終日は②③のみでの受付となります。
- 更新料
  - 無料
- その他
  - 郵送でも受け付けています。
  - 送付先：〒869-1192(住所不要)  
菊陽町役場 健康・保険課  
きくよう健康倶楽部担当 宛

令和2年度は、  
3月1日(日)以降の  
活動からポイントが  
貯まり始めます♪

令和元年度のポイントは  
3月31日(火)まで  
に交換してくださいね  
※ポイントは年度末で消  
えてしまいます。



### 令和2年度からは、ポイント交換商品が拡大されます

今後も会員の皆さんに楽しく健康づくりに取り組んでいただくために、令和2年度からはポイント交換商品を5種類に増やしました。

**令和2年3月31日までは**

【500P単位で交換】  
総合交流ターミナル  
さんふれあの商品券

→

**令和2年4月1日からは**

【500P単位で交換】  
①総合交流ターミナルさんふれあの商品券  
②ゆめタウンの商品券  
③健康メニュー提供店の利用券  
【2千P単位で交換】  
④2千円分のクオカード  
⑤令和3年度への更新料  
※ただし、更新料の有無は毎年検討します。

4月からは  
交換商品が  
選べるよう  
なるのね!

### 月に1回の無料測定会を開催します

体組成を測定し、印刷した結果をもとにクラブきくよのスタッフがアドバイスをを行います。

- 対象者
  - きくよう健康倶楽部の会員(当日入会申込者も可)
- 日時・場所
  - 2月27日(木) 午前10時～正午 光の森町民センターロビー
  - 午後1時30分～3時30分 さんふれあロビー



## 年長児、小学6年生、65歳以上の人 3月末まで 予防接種はお済みですか

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

年長児対象の麻しん・風しん混合(MR)2期、小学6年生対象のジフテリア・破傷風(DT)二種混合、65歳以上で下表で対象となっている人の成人用肺炎球菌の予防接種は3月末までです。まだ接種していない人は、早めに受けましょう。

麻しん(はしか)は、特に感染力が強く、重症化する場合があります。また、妊娠初期に妊婦が風しんに感染すると、赤ちゃんが目や耳、心臓などに障がいをもって生まれる「先天性風しん症候群」を起こす可能性があります。

ジフテリア・破傷風(DT)二種混合は、乳幼児期に受けた4回の3種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)の追加接種です。

母子健康手帳を確認し、接種が済んでいない場合は早めに接種しましょう。

- 接種方法・場所
    - 事前に指定医療機関に予約(※)
  - 持参物
    - 母子健康手帳、予防票(※)、保険証など住所が確認できるもの
- ※対象者には予防票と指定医療機関

予防接種名	対象者(生年月日)	接種期限	費用
麻しん 風しん混合(MR) 2期	小学校入学前1年間 (平成25年4月2日～ 平成26年4月1日)	3月31日(火)	無料
ジフテリア・ 破傷風(DT) 二種混合	小学6年生 (平成19年4月2日～ 平成20年4月1日)		

一覧を昨年4月に送付しています。予防票を紛失した場合や4月以降に転入された場合は、母子健康手帳と印鑑を持参し、健康・保険課で再交付の手続きが必要です。

### ②成人用肺炎球菌

肺炎は日本の死亡原因の第3位です。肺炎球菌は、主に気道の分泌物に含まれる細菌で、唾液などを通じて飛まつ感染し、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。細菌によって生じる肺炎のうち、4分の1から3分の1は肺炎球菌が原因と考えられています。

■対象者  
次の①または②に該当し、今までに肺炎球菌ワクチンを接種したことがない人

- ① 下表の生年月日に該当する人
- ② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、または、呼吸器の機能の障害およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人

■自己負担額 3,100円

■接種方法・場所  
事前に指定医療機関に予約する

※①の対象者には、昨年4月に指定医療機関一覧を送付しています。

※指定医療機関以外で接種を希望する人は、接種前に必ず健康・保険課で手続きを行ってください。申請前に接種した場合は、接種費用助成の対象外となります。

### 令和元年度の対象者

予防接種名	対象年齢	対象者(生年月日)	回数	接種期限
成人用 肺炎球菌 ワクチン	65歳	昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生の人	1回	3月31日(火)
	70歳	昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生の人		
	75歳	昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生の人		
	80歳	昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生の人		
	85歳	昭和9年4月2日生～昭和10年4月1日生の人		
	90歳	昭和4年4月2日生～昭和5年4月1日生の人		
	95歳	大正13年4月2日生～大正14年4月1日生の人		
100歳以上	大正9年4月1日以前の生まれの人			

■持参するもの  
・保険証など、住所が確認できるもの  
・健康・保険課からの通知文

※通知文がない人は再交付が必要です。紛失した人は菊陽町役場健康・保険課までご連絡ください。