

10月1日から B型肝炎ワクチンが定期の予防接種になりました

問い合わせ
保健センター ☎ 22-7157

- 対象** 平成28年4月1日以降に生まれた、生後1歳になるまでの乳児
- ※母子感染予防の目的で、健康保険によりB型肝炎ワクチンの投与の全部、または一部を受けた乳児については、対象者から除きます。



- 接種回数** 乳児期に3回
- ※定期接種となる前に、すでに任意で接種を受けた場合、受けた回数は接種したもののみなします。

※接種にあたり、接種券等が必要になります。平成28年4月1日～7月31日生まれの乳児には、ご案内と接種券等を郵送しています。それ以降に生まれた乳児へは、直接接種券をお渡しする予定です。

※転入等で接種券を持っていない人や、ご不明な点がある場合、お問い合わせください。

高齢者インフルエンザ予防接種（広域予防接種）

問い合わせ
保健センター ☎ 22-7157

実施期間

- 平成29年1月31日まで
(できるだけ12月中旬までに済ませましょう)
- ※実施期間は医療機関によって異なりますので、確認してください。

対象 (次の①または②に該当し、本人の接種するという意思が確認できる場合)

市内に住所がある

- ①接種日に65歳以上の人
- ②接種日に60歳以上65歳未満の人で、心臓、じん臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害、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害がある人(※医師と相談の上、接種を希望する場合は、障害種別の身体障害者手帳の写しまたは証明書等が必要になります。詳しくはお問い合わせください。)

個人負担額 1,300円

※平成28年度市民税非課税世帯に属する人や、生活保護世帯の人は、**無料**です。**無料になる人は接種前に**、印かんと本人確認ができるもの(保険証、被保護者証明書など)を持って、保健センターで接種券の申請をしてください。

※支所・出張所でも申請は出来ませんが、接種券は後日郵送させていただくことになります。

※転入等により課税状況が確認できない場合は、課税証明書の提出が必要となることがあります。

実施医療機関（市内）

浅野内科医院・井口耳鼻咽喉科眼科医院・円山医院・大田整形外科おおた内科・大多和医院・大貫内科医院・おぎ皮膚科アレルギー科クリニック・かわの医院・桑原内科循環器科医院・呉共済病院忠海分院・この医院・しいはらクリニック・城原胃腸科整形外科・竹原病院・中島内科クリニック・馬場病院・安田病院・米田小児科医院

実施医療機関（市外）

広域予防接種実施医療機関

※広域予防接種実施医療機関以外の医療機関で接種を希望する人は、事前に保健センターへご相談ください。

接種時に必要なもの

健康保険証など本人確認ができるもの、個人負担金、予防接種券(事前に交付されている場合)

申し込み

- 市内の場合…直接、医療機関へ予約してください。
- 市外の場合…広域予防接種による接種が可能か医療機関に確認後、**接種前に**保健センターに印かん、健康保険証など本人確認ができるものを持って、申請してください。接種券の交付後、**医療機関へ予約してください。**

※代理人が申請する場合は、委任状に必要事項を記入し、代理人の印かん・本人確認ができるものを持参し、保健センターへ申請してください。

※インフルエンザ予防接種の前に、他の予防接種をしている場合の接種時期については、医師に相談してください。

たけはら食育だより 早寝・早起き・朝ごはんキャンペーン

問い合わせ
保健センター ☎22-7157

竹原市食育推進行動計画では、「健康につながる食生活を確立するために、朝ごはんを毎日食べる人を増やすこと」を基本目標の一つとしています。

国では、6月を食育月間とし食育推進運動を重点的に取組むと共に、運動を継続的に進めるため、毎月19日を「食育の日」とし、家族そろって楽しく食卓を囲むことを呼びかけています。

広島県では、10月19日を「ひろしま食育の日」とし、今年度は、10月16日から22日を「ひろしま食育ウィーク」として減塩メニューの周知を図っています。

市では、目標の一つである「朝食を食べる人を増やすための取組」を、「早寝・早起き・朝ごはんキャンペーン」として「ひろしま食育ウィーク」の期間にあわせ実施します。

家族そろって、朝ごはんを食べて体内時計のスイッチを入れましょう。



～朝ごはんの役割～

- ①脳にエネルギーが補給され、集中力がアップします。
- ②体温が上昇し、体が活発に動けるようになり、仕事や勉強や運動の効率が上がります。
- ③腸が刺激され働きがよくなり、排便を促しおなかもスッキリします。

その他、生活リズムを整える・栄養バランスがよくなる・家族のコミュニケーションの場となる、などの効果も期待できます。

竹原市の、朝ごはんを毎日食べる人の割合
(平成24年7月実施アンケートより)
小学生…96.8%
中高校生…82.5%
おとな…85.5%
(18～39歳は71.1%)

- 栄養バランスのよい朝ごはんを食べるためにも、子どももおとなも早寝・早起きを心がけましょう。
- 朝ごはんをグレードアップ。バランスよく栄養素がとれるように、3つの食品群（赤・緑・黄）をそろえた朝ごはんを食べましょう。

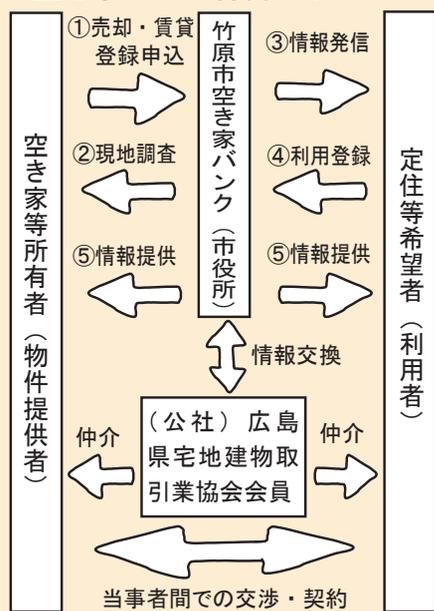
※赤：主に体を作る食品（肉、魚、大豆・大豆製品、卵、牛乳・乳製品など）

緑：主に体の調子を整える食品（野菜類、海藻類など）

黄：主にエネルギーになる食品（ごはん、パン、うどん、油など）



空き家バンク制度のイメージ



市では、市内の空き家を有効活用して、定住促進による地域活性化を目指すため、空き家バンク制度を推進しています。この制度は、登録の申し込みのあった空き家情報を市のホームページなどで紹介して、空き家を

ご利用ください 空き家バンク

HP http://www.city.takehara.lg.jp/sangyou/kankou/kankou/jyutaku_info.html

借りたい人や購入したい人に情報を提供する制度です。賃貸借や売買が可能な空き家をお持ちの人や、市内への定住を希望する人の空き家バンクへの登録をお待ちしています。

ご利用上の注意
この制度は、不動産の契約・交渉等の仲介行為を行うものではありません。
申し込み・問い合わせ
産業振興課調整係
☎22-17745