

## インフルエンザ予防接種 接種費用の一部を助成します

インフルエンザワクチンには、感染予防のほか、インフルエンザにかかったとしても重症化をおさえるなどの効果があります。新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止しながらインフルエンザ予防接種で感染予防をしましょう。

ワクチン接種から免疫ができるまで2週間～1か月ほどかかりますので、流行前の接種をお勧めします。なお、接種開始時期は医療機関へお問い合わせください。

### 【対象者】

接種日において北秋田市に住所を有し、次の①～⑤のいずれかに該当する方

### 【助成回数】

1回 ※13歳未満は2回

### 【助成額】

1回 1,500円

(65歳以上の生活保護受給の方は無料)

※接種費用は医療機関で異なります。助成額を差引いた金額を医療機関へお支払いください。

### 【接種時に必要な物】

健康保険証（生活保護受給の方は受給者証）、健康手帳（ある方）

※②該当者は対象者証（事前送付済み）、③または④該当者は母子健康手帳もお持ちください。

### 【注意事項】

コロナワクチンを受ける場合は2週間以上間隔をあけて接種してください。

☎ 医療健康課健康推進係 ☎62-6666

### 高齢者インフルエンザ予防接種

**対象者** ① 満65歳以上の方  
② 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に1級程度の障がいがある方

**実施期間** 令和4年2月28日まで

**実施場所** 県内医療機関（要予約）

### 高齢者以外のインフルエンザ予防接種

**対象者** ③ 生後6か月～18歳（高校3年生相当）の方  
④ 妊娠されている方  
⑤ ①～④以外の北秋田市国民健康保険加入の方

**実施期間** 令和4年3月31日まで

**実施場所** 市内医療機関（要予約）

## 健康

### ■健康長寿推進員養成講座

市では、自身や家族の健康づくり、地域での仲間の輪をつなげ、広げるため講座を実施します。

**日程** 10月21日(木)から令和4年1月頃まで6回開催予定

**対象** 地域のサロン等で活動している方、健康に関心のある方、また今後活動したい方、6回の講座のうち4回以上受講できる方

**内容** 講話、体組成計測定、運動、調理実習、救命講習、視察研修など

**募集人員** 20人(先着)

**締切** 10月15日(金)

### ■イベント中止のお知らせ

「健康ガイド」に掲載した、ウォーキング、食育フェスタ、心の絆は中止します。

### ■高齢者肺炎球菌予防接種費用の一部助成をしています

肺炎で亡くなる方の95%が65歳以上の高齢者です。

特に心臓や腎臓・呼吸器に慢性疾患のある方、糖尿病のある方などは、肺炎などの感染症にかかりやすいため、接種をお勧めします。

対象者・助成額等、詳細については「健康ガイド」または医療健康課（☎62-6666）までお問合せください。



## 献血日程

10月22日(金)

●社会福祉法人  
秋田県民生協会  
9時45分～12時45分  
13時～16時30分

10月27日(水)

●北秋田市民病院  
14時～16時

11月5日(金)

●(株)テーエムシー  
10時～11時  
●秋田内陸線  
阿仁合駅  
13時30分～16時



## こども

### ■母子健康手帳交付(要予約)

**時間** 9時30分～16時

**場所** 北秋田市保健センター

**月日** 10月4、11、18、25日(各月曜日)

※事前に予約してからおいください。交付日に来られない場合も事前に連絡してください。

※記入用紙があり手続き終了まで30分程度かかります。

※妊婦本人の個人番号(マイナンバー)の記入が必要です。個人番号カードまたは通知書と本人確認書類(運転免許証等)などご持参ください。

### ■乳幼児健診・相談

**場所** 北秋田市保健センター

**持ち物** 母子健康手帳・アンケート用紙・バスタオル他

(期日、受付時間、対象)

#### 4か月児健康診査

(10月27日(水) 12時30分～12時45分  
令和3年6月生まれの子)

#### 7か月児育児相談

(10月27日(水) 9時45分～10時  
令和3年3月生まれの子)

#### 10か月児健康診査

(10月27日(水) 12時45分～13時  
令和2年12月生まれの子)

#### 1歳6か月児健康診査

(10月20日(水) 12時30分～12時45分  
令和2年2、3月生まれの子)

### ■助産師相談室

#### 「あのね、助産師さん」

**月日** 10月4、11、18日(月)

**時間** 9時30分～12時

**場所** 北秋田市保健センター

**内容** 助産師が産前・産後のお母さんの身体のことや授乳に関する心配などお母さんと赤ちゃんの相談に電話や来所にて対応します。

☎ 子育て世代包括支援センター

「ココロン」 ☎62-6681



### ■おいDAY

**月日** 10月4日(月)

**時間** 10時～12時

**場所** 北秋田市保健センター

**対象** 妊婦さん、子育て中のママや育児中のご家族

**内容** おしゃべり、交流の場です。どなたでもお好きな時間に遊びにいらしてください。

### ■マタニティ教室

#### 【B:マタニティトークコース】

**月日** 10月18日(月)

**時間** 13時30分～15時30分

**場所** 北秋田市保健センター

**対象** 妊婦さんとその家族

**内容** 先輩ママ・パパ&ベビー交流(抱っこ&お着替え体験)

助産師講話(母乳育児、家族計画等)

**持ち物** 母子手帳、筆記用具

※1週間前までに申込ください。

### ■こども立ち寄り相談室

**月日** 10月15日(金)

**時間** 15時～17時

**場所** 市民ふれあいプラザコムコム

2階A・B研修室

**内容** 体や心の悩み、勉強の悩み、友達との関係や、家族や学校のことなど誰にどうやって話したらよいか分からないこともあります。どんな小さなことでも話したい気持ちになったら寄ってください。申込は必要ありません。

## 健康

### ■がんサロン「北秋田虹の会」

10月21日(木)予定のがんサロンはお休みします。

### ■心のふれあい相談員によるサロンへどうぞ

サロンでは、お茶やコーヒーを飲みながら話をしたり、さまざまな悩みを語り合う場です。心のふれあい相談員(市民の身近な相談役として活動するボランティア)がお待ちしています。サロン「梅っこ」 合川保健センター

## 健康ひろば

～保健センターからのお知らせ～

☎ 医療健康課健康推進係

☎62-6666

**日時** 10月25日(月) 10時～14時

**サロン「えがお」** 前田公民館

**日時** 10月25日(月) 10時～14時

精神保健福祉ボランティア「れもんの会」による

**サロン「あんず」** 北秋田市交流センター

**日時** 毎週火曜日11時～14時

※サロン「お茶っこ」阿仁保健センター、「すかっと」森吉保健センターについては、保育園・高齢者施設と併設しており、新型コロナウイルス感染症予防のため当分の間お休みします。

### ■精神保健相談・老人精神保健相談およびアルコール健康相談

**月日** 10月21日(木)

**時間** 15時30分～16時30分

**場所** 北秋田保健所 2階

※前日午前まで要予約

☎ 北秋田保健所 ☎62-1165

### ■自分測定日

定期的な体組成測定で健康な「からだ」づくりを始めませんか？

**日時** 10月25日(月) 9時～16時

(所要時間は15～30分程度です) 各都合の良い時間においでください。

**内容** 体組成(裸足で行います)・血圧測定、測定値の説明

### ■成人健診追加日程のお知らせ

**日時** 10月17日(日) 7時～9時

10月18日(月) 7時～9時

**会場** 北秋田市保健センター

**内容** 特定・後期高齢・さわやか健診 胃がん・肺がん等・大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診

**対象** 各健診の対象については「健康ガイド」をご覧ください

※成人健診は予約が必要です。

### ■いのちとこころの個別相談

**日時** 10月22日(金)

13時30分～15時30分

**会場** 北秋田市保健センター

**内容** 臨床心理士が個別に応じます。個人情報厳守します。ご本人だけでなく、ご家族を支える方でもご相談ください。

☎ 医療健康課 ☎62-6666

※各事業は状況により延期または中止になる場合があります。詳細については直接お問い合わせください。