

带状疱疹ワクチンの定期予防接種

健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

带状疱疹は、免疫力の低下でウイルスが再活性化し、神経に沿って痛みを伴う水疱が現れる皮膚の病気です。予防には、規則正しい生活や適度な運動、十分な睡眠などが大切ですが、予防接種で高い予防効果が期待できます。

- 対象者 ①年度内に65、70、75、80、85、90、95、100歳を迎える人
 ②100歳以上の人(令和7年度に限り対象)
 ③60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスで免疫機能の障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な人
 ※①、②の人には個別に通知します。

ワクチンの種類・接種費用

	生ワクチン	組換えワクチン
接種方法	皮下に注射	筋肉内に注射
接種回数と間隔	1回のみ	2回(2カ月以上間隔をあける)
接種条件	病気などで免疫が低下していない人	免疫の状態に関わらず接種可能
自己負担額	4,000円	1回 11,000円

詳しくはこちら▼



※生活保護受給者は無料 ※事前に予約が必要な医療機関もあるため、医療機関に直接お問い合わせください。

今月の持タネ

4月2日は「世界自閉症啓発デー」 健康ほけん課母子保健班 ☎22-9136

毎年4月2日は、国連が定めた「世界自閉症啓発デー」、4月2日～8日は「発達障害啓発週間」として、全国各地で自閉症や発達障害について理解を深める取り組みが行われます。世界自閉症啓発デーの象徴として、自閉症の理解と支援の輪を広げるために、建物や施設を青色にライトアップする「LIGHT IT UP BLUE」という取り組みが世界172カ国以上で行われます。

平戸市 LIGHT IT UP BLUE

- とき 4月2日(水)～8日(火) 午後7時30分～午後8時30分
 ○ところ 平戸城・幸橋

平戸市でも、自閉症を含む発達障害への正しい理解を広げ、誰もが暮らしやすい社会を目指します。「自閉症は生まれつきの脳の特性によるもの」であり、本人の怠惰や育て方に問題があるわけではありません。コミュニケーションの仕方や感覚の受け取り方に違いがありますが、適切なサポートと理解があれば、その人の個性や能力を生かすことができます。

関わり方のポイント

- 理解と受容 特性を理解し、個々の違いを受け入れることが大切です。行動や反応には理由があることを理解しましょう。
 ○明確なコミュニケーション 写真や絵などを用いて、具体的に短く伝えると、伝わりやすいです。
 ○決まった手順や日課を大切に 予測可能な環境やスケジュールは安心感を与えます。変化がある場合は、事前に伝えると見通しがたち、行動しやすくなります。
 ○感覚への配慮 感覚の過敏さなど感じ方に違いがあります。音や光に対して敏感だったり、過ごしやすくなる環境を整えることが大切です。自閉症や発達障害のある人と家族が安心して暮らせる社会の実現のため、ぜひ皆さんもこの機会に自閉症への理解を深めましょう。



子育て・健康応援コーナー



このコーナーでは、子育てや健康に関する旬な情報を「お知らせ」します。特定健診やがん検診などの日程は、対象者に配布予定の「平戸市健(検)診日日程表」をご覧ください。



4月の各種相談および赤ちゃんの健診など 健康ほけん課母子保健班 ☎22-9136

日にち	ところ	種類および受付時間
4月10日(木)	ふれあいセンター	乳 12:45～13:15
4月11日(金)	平戸市福祉保健センター(田平)	育 妊 母 10:00～11:30
4月15日(火)	大島村公民館	育 妊 母 10:00～11:00
4月24日(木)	平戸文化センター	1 12:30～12:45
4月25日(金)	平戸文化センター	乳 12:45～13:15

乳 乳児健診 1 1歳6カ月児健診 3 3歳児健診 妊 妊婦健康相談 母 母子健康相談 育 母乳育児相談支援 パ パパ・ママ教室

親子で遊んで、ママ友作ろう(就学前交流の場) ※開所時間などの詳しい情報は、子育て応援ガイドブック「おひさま」をご覧ください。

施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先
トコトコ(田平:保健センター)	57-1943	中津良保育所(南部:中津良保育所)	27-0475	よちよちクラブ(生月:山田児童館)	53-1759	おひさまひろば(田平:平戸口社会館)	57-0236
あいちゃん広場(北部:愛の園保育所)	22-2244	堤保育園(南部:堤保育園)	27-1084	めばえ広場(生月:認定こども園めばえ)	53-0496	さくらんぼ広場(田平:若葉保育園)	57-3028
かもめネットワーク(北部:しおかこども園)	22-3360	小鳩こども園(南部:小鳩こども園)	27-0333	いきつぎんきっこ広場(生月:生月こども園)	22-9206	はなぞの広場(田平:花園認定こども園)	57-0744
みのりの樹1(北部:みのりこども園)	22-2575	津吉保育所(南部:津吉保育所)	27-0222	やよいプレイランド(田平:やよい幼稚園)	57-0789	しまっこ広場(大島:大島村保育所)	55-2006

4月の休日当番医(診療時間:午前9時～午後5時) 平戸市医師会 ☎20-0011

日にち	医療機関	住所	連絡先
4月6日(日)	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
4月13日(日)	北川病院	平戸市浦の町737番地	22-2344
4月20日(日)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
4月27日(日)	くわはら医院	平戸市宮の町581番地	22-2306
4月29日(火・祝)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155

いざというとき

急な病気やケガで救急車を呼ぶ?病院に行く?迷ったら

●救急医療電話相談 ☎ # 7119

●子どもが急な病気になったら

●小児救急電話相談センター

(受付時間18:00～8:00)

※土日祝日は24時間対応

☎ # 8000 または

☎095-822-3308