

# 公費負担(無料)で受けられる予防接種等の期間

乳幼児  
学童期

	2 か 月	3 か 月	6 か 月	9 か 月	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳	8 歳	9 歳	10 歳	11 歳	12 歳	13 歳	14 歳	15 歳	16 歳
<b>ヒブ(Hib)</b>	●生後2か月～5歳未満 (接種開始年(月) 齢により接種回数異なります)																			
<b>小児用肺炎球菌</b> [細菌性髄膜炎等]	●生後2か月～5歳未満 (接種開始年(月) 齢により接種回数異なります)																			
<b>B型肝炎</b>	●生後12か月(1歳)未滿(ただし、平成28年4月1日以降に生まれた者に限る)に3回接種 (27日以上の間隔で2回接種した後、1回目の接種から139日以上において3回目を接種) ※母子感染予防のためにB型肝炎予防接種を受けている人は対象外																			
<b>BCG</b> [結核]	●生後12か月(1歳)未滿に1回接種(標準の接種時期は生後5～8か月)																			
<b>四種混合</b> [百日咳・ジフテリア 破傷風・不活化ポリオ]	●I期 生後3～90か月未滿に4回 (初回は20日以上の間隔で3回、追加は初回終了後、6か月(標準は12～18か月)経ってから1回) ●II期 11～13歳未滿																			
<b>ポリオ</b> (不活化ワクチン) [小児マヒ]	●I期 生後3～90か月未滿に4回(ポリオ予防接種のみ完了していない人が対象) (初回は20日以上の間隔で3回、追加は初回終了後、6か月(標準は12～18か月)経ってから1回)																			
<b>MR</b> [麻しん(はしか) 風しん]	●I期 生後12～24か月未滿に1回 ●II期 小学校へ入学する前年度(幼稚園・保育園の年長児相当)に1回																			
<b>水痘</b> [みずぼうそう]	●I期 生後12～36か月未滿に2回 ただし、水痘にかかったことがある場合は対象外 (3か月(標準は6か月)の間隔をおいて2回)																			
<b>日本脳炎</b> ※	●I期 生後6～90か月未滿に3回 (初回は6～28日間隔で2回、追加は初回終了後、6か月(標準はおおむね1年)経ってから1回) ●II期 9～13歳未滿																			
<b>子宮頸がん</b>	●小学6年生～高校1年生(女子のみ) (6か月間に3回。接種間隔はワクチンにより異なります) ※現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種を積極的にお勧めしていません。 接種については、かかりつけの医師と相談の上、ご検討ください。																			

## 【日本脳炎予防接種の特例措置について】

※平成17年度から平成21年度にかけての積極的勧奨の差し控えにより、接種を受ける機会を逃した平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれの人は生後6か月以上20歳未滿の間、定期予防接種(公費負担)として受けられます。

※平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人で日本脳炎の1期の予防接種(3回)を7歳半未滿までに終了していない人は1期の未接種分を2期(9歳～13歳未滿)の対象期間に定期予防接種として受けることができます。

詳しくはいきいき健康課保健指導係(市役所本館)までお尋ねください。

## 【三種混合予防接種について】

三種混合ワクチンの製造は終了しました。三種混合予防接種が完了していない人は四種混合ワクチンで残りの接種を行いましょ。

## ⚠ 予防接種を受ける前

- ・予防接種は、必ず体調のよいときに受けましょう。(発熱(37.5度以上)など、体調が良くないときは接種できません)
- ・お子さんの予防接種を受ける際は、保護者同伴の上、必ず母子健康手帳を持参してください。
- ・予防接種は種類ごとに接種する年齢や接種回数、接種期間が決まっています。期間を過ぎると接種費用は自己負担になりますので、十分ご注意ください。
- ・予診票は、必ずボールペン(消せるボールペンは不可)か万年筆で記入しましょう。
- ・転入や紛失などで福津市の予診票がお手元ない場合は、母子健康手帳をお持ちの上で、いきいき健康課保健指導係(市役所本館)までお越しください。

## 成人の風しん予防接種費用の一部公費助成について

- 公費助成額 風しん単独ワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチン接種にかかる費用のうち4,000円 ※助成回数は1人1回のみ
- 対象者 市の助成を1度も受けたことがなく、予防接種時に福津市に住民票があり、次のいずれかに該当する人(妊娠中の人は除く)  
女性：妊娠を希望している19歳以上49歳以下の女性※ただし子どものいる人は直近の妊婦健診の風しん抗体検査で抗体価が32倍以下の人  
男性：妊娠中および妊娠を希望している女性のパートナー(婚姻予定、事実上婚姻関係と同様の事情にある者を含む)
- 助成を受けるには次のものをお持ちの上、いきいき健康課保健指導係(市役所本館)までお越しください。  
・対象者(予防接種を受ける人)の本人確認書類(保険証など)  
・①の対象者で子どもがいる人は前回妊娠した時の母子健康手帳  
※本人が申請できない場合は、家族による代理申請もできます。その際は代理申請する人の本人確認書類(健康保険証など)もあわせてお持ちください。

問い合わせ先 ▶ いきいき健康課 保健指導係(市役所本館) ☎0940-34-3352 (平日8:30～17:00)

# いきいきウォーキング

参加費無料

正しい歩き方や健康づくりに効果的なウォーキング、ウォーキングに必要なトレーニングを講話と実技で紹介します。科学をプラスしたウォーキングで安全で効果的に楽しく健康づくりを始めましょう！今年度はふくとぴあ他、4地域で開催します。

日程	ふくとぴあ開催日 1階集合	地域開催日
	4月4日(火)・5月2日(火)・7月4日(火) 8月1日(火)・10月3日(火)・11月7日(火) 1月9日(火)・2月6日(火)	6月6日(火)・9月5日(火) 12月5日(火)・3月6日(火) (広報15号でご確認ください)

- ★時間▶ 受付 9:45～10:00(申込不要) 教室 10:00～11:30
- ★問合せ▶ 健康増進室 34-3345
- ★雨天の場合は室内で運動



毎回4km程度のウォーキング



## 400ml献血にご協力ください。

日程	会場	受付時間
5月30日(火)	市役所	10:00～15:30
7月24日(月)	津屋崎行政センター	(休憩時間)
9月20日(水)	市役所	津屋崎行政センターのみ
11月28日(火)	津屋崎行政センター	12:00～13:00
2月2日(金)	市役所	◎申し込みは必要ありません
3月28日(水)	津屋崎行政センター	

■18～69歳の人(65歳以上の献血については60～64歳の間に献血経験がある人)で、体重50kg以上であれば400ml献血ができます。お誘い合わせのうえ、ご来場ください。

■400ml献血された女性は16週間後・男性は12週間後の同じ曜日から献血できます。(年間総献血量は、男性が1,200ml・女性は800mlまで)



お越しください！  
ふくとぴあのトレーニングルームへ

おかげさまでトレーニングルーム(健康増進室)は開室18年目を迎えました。平成28年は1,200人(延べ29,500人)以上の方が利用し、3年以上継続されている方は371人います。なぜ長期継続されているのか「運動が好きだから」ではないようです。「健診で注意を受け、すぐに「やらなければ」と思い開始。10kg体重が減りました」「疲れているのに不眠症。誘われて運動したらいつの間にか熟睡に変わった」「血糖改善コースに入り(HbA1c6.5%→5.7%)改善した」など専門指導員がいることが安心と運動効果に繋がり、日々の生活がより充実しているからのようです。目的は、人それぞれ異なると思います。健康になってその先の夢を実現しませんか。

～あなたの〇〇したいを健康運動指導士、障がい者スポーツ指導員、コンディショニングインストラクターが応援します～



自転車エルゴメータ ウォーキング・ランニングマシン 腕足運動自転車 筋力トレーニングマシン(4種)

その他、バランスボールやダンベル、チューブ等があり、ロッカーにはシャワーもあります。また、エアロビクスやヨガ等の自由参加できるプログラムを実施しています。

## 明日の健康をサポートする ふくとぴあ3F 健康増進室

1回**270円**(回数券使用時)  
夜**9時**まで開室  
(日・祝夕方6時まで)

対象者 18歳以上の人  
(市外の人も利用できます)  
時間 月～土10:00～21:00  
日曜日・祝日10:00～18:00  
但し、第2土曜日とそれに続く日曜日および年末年始は休み  
料金 1回2時間まで320円  
回数券 (12枚) 3,240円(期限無)  
持参品 室内運動靴、タオル、運動着、飲み物、100円硬貨(ロッカー用使用後返却)

問合せ 健康増進室(直通) 34-3345 見学だけでも気軽にお越し下さい