



健康づくりセンター

高齢者予防接種のメニュー案内

高齢者インフルエンザ

■対象者

- 町内に住所登録があり
- ◇接種日に満65歳以上の方
- ◇60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害(身障手帳1級程度)のある方、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害を有する方で接種を希望する方

■接種期限

12月31日(木)まで

■町が助成する額

1,500円
(生活保護世帯の方には、接種費用を全額助成)

■その他

65歳以上の方、接種期間中に65歳になる方には、9月下旬に予診票を送付しました。

高齢者肺炎球菌ワクチン

■対象者

町内に住所登録があり、過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、次のいずれかに該当する方

- ①令和2年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳の誕生日を迎える方
- ②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害(身障手帳1級程度)のある方、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害を有する方で接種を希望する方

■接種期限

令和3年3月31日(水)まで

■町が助成する額

2,000円
※生活保護世帯の方には、接種費用を全額助成

共通事項

■接種医療機関

- ① 町内医療機関及び山武郡市医師会・旭匠医師会に加入している医療機関
- ② 千葉県内定期予防接種相互乗り入れ協力医療機関
- ※①②以外の医療機関で接種を希望する方は、接種する前に健康ごども課へご相談ください。

■接種方法

接種を希望する方は、医療機関へ予約のうえ、接種を受けてください。
* 予診票が郵送されていない方で接種を希望する方は健康ごども課へご連絡ください。

健康ごども課健康づくり班
☎(0476)334000

町食生活改善協議会

手作り料理を食卓に

さつまいものチーズようかん

材料(6人分)

- さつまいも(正味) …… 200g
 - スライスチーズ …… 2枚(36g)
 - 〔スキムミルク …… 大さじ2(16g)〕
 - 〔水 …… 50ml〕
 - ④ 〔粉寒天 …… 2g〕
 - 〔水 …… 150ml〕
 - 砂糖 …… 20g
- 〈1人分栄養価〉エネルギー88kcal、カルシウム80mg、食物繊維1.0g、食塩相当量0.2g



作り方

- ① さつまいもは皮を厚めにむき、2センチ幅のいちよう切りにし水にさらす。やわらかくなるまでゆでて水切りし、ポウルに移し粗くつぶす。
- ② スキムミルクを50mlの水で溶く。
- ③ 鍋に①を入れ、火をかけ、粉寒天が溶けたら砂糖を加えて煮溶かし、軽く沸騰させ、②を加える。
- ④ ③にスライスチーズをひと口大にちぎって加え、チーズを溶かす。
- ⑤ ①のさつまいもに④を少しずつ加え、よく混ぜながら粗熱を取り、型に流し冷蔵庫で冷やし固める。