

保健の掲示板

◎健診・相談

とき	行事名	対象者	受付時間
12月7日(月)	健康相談	希望者	午前9時～11時30分 午後1時～3時
	よい歯びか びかキッズ (健康相談)	平成26年10月生まれ	1回目 午後1時 2回目 午後2時
12月10日(木)	2歳児歯科健診	平成25年9月～ 10月生まれ	午前9時～9時50分
12月17日(木)	5歳児健診③	対象者には通知します。	指定された時間
12月18日(金)	1歳6ヶ月児健診	平成26年4月～ 5月生まれ	午後1時～2時
12月24日(木)	5歳児健診④	対象者には通知します。	指定された時間
1月6日(水)	健康相談	希望者	午前9時～11時30分 午後1時～3時
	よい歯びか びかキッズ (健康相談)	平成26年11月生まれ	1回目 午後1時 2回目 午後2時
1月8日(金)	3歳児健診	平成24年5月～ 6月生まれ	午後1時～1時40分

会場 健康づくりセンター「プラム」

《個別予防接種》

※対象者には通知します。

※接種間隔、接種回数等、不明な点は健康管理課へお問い合わせください。

◆問い合わせ

健康管理課健康管理班

☎82-3400



◎個別予防接種(接種場所:町内指定医療機関・千葉県内相互乗り入れ協力医療機関)

予防接種名	対象者及び接種回数	備考
ヒブ	生後2ヶ月～5歳未満【1～4回接種】	*接種開始時の月齢により接種回数が変わります。
小児用肺炎球菌	1期初回⇒生後3～90ヶ月未満【3回接種】 1期追加⇒初回終了後おおむね1年以上の間隔を あけて接種【1回接種】	
四種混合	平成15年4月2日～16年4月1日生まれ【1回接種】	
二種混合	生後5ヶ月～12ヶ月未満【1回接種】	
BCG	1歳～2歳未満児【1回接種】	
麻しん風しん 混合1期	平成21年4月2日～22年4月1日生まれ 【1回接種】(年長児に相当する年齢の児)	接種期間 平成28年3月31日(木)まで
麻しん風しん 混合2期	*初回⇒3歳児【2回接種】 *追加⇒初回終了後おおむね1年後【1回接種】 *平成7年4月2日～19年4月1日生まれの方で4回接 種(第2期含む)が完了していない20歳未満の方	*予診票のない方は健康 管理課へお問い合わせ ください。
日本脳炎	中学1年生～高校1年生女子【3回接種】	*現在接種勧奨を控えて います。
子宮頸がん	1歳～3歳未満【2回接種】	
水痘 (水ぼうそう)	三種混合・不活化ポリオワクチン・ポリオ生ワ クチンの接種が完了していない場合は、健康管 理課へご相談ください。	
三種混合・不活 化ポリオワクチン	65歳以上の方と60歳以上65歳未満で心臓・腎 臓・呼吸器の機能に障害(身体障害者手帳1級程度)がある方、またはヒト免疫不全ウイルスにより 免疫機能に障害がある方【1回接種】	接種期間 12月31日(木)まで 1人 1,000円助成
高齢者 インフルエンザ	平成27年度に65、70、75、80、85、90、95、100 歳になる方と60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、 呼吸器の機能に障害(身体障害者手帳1級程度) がある方、またはヒト免疫不全ウイルスにより 免疫機能に障害がある方【1回接種】	接種期間 平成28年3月31日(木)まで 1人 2,000円助成
高齢者肺炎球菌		

手作り料理を食卓に!

町食生活改善協議会

具だくさん豆腐バーグの甘酢あんかけ

材料(4人分) : 1人分 223kcal 塩分1.6g

木綿豆腐	200g	生椎茸	3枚	
玉ねぎ	1/2個	鶏ひき肉	200g	
にんじん	1/2本	塩	小さじ1/4	
サラダ油	小さじ1	こしょう	少々	
乾燥きくらげ	1g	パン粉	大さじ2	
①	水	200cc	小麦粉	大さじ1.5
	鶏ガラスープの素	小さじ1	サラダ油	大さじ1.5
②	砂糖	小さじ1	絹さや	4枚
	醤油	大さじ1		
③	ケチャップ	小さじ2		
	酢	小さじ2		
水溶き片栗粉	片栗粉	小さじ1		
	水	小さじ1		



作り方

- ①豆腐は水気をきる。玉ねぎとにんじんはみじん切りにしてサラダ油をしき、フライパンで透き通るまで炒めた後、皿に移し冷ます。
- ②乾燥きくらげは水でもどした後、細かく切り、生椎茸は半分に切ってから、うすく切る。
- ③ボウルに鶏ひき肉、塩、こしょうを入れて粘り気が出るまでよく混ぜる。①とパン粉を加えてよく混ぜ、8等分して小判形にまとめ、小麦粉を軽くふる。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、③を両面きつね色に焼く。
- ⑤鍋に②を沸かして②を加え、⑥で調味し、水溶き片栗粉でとろみをつける。器に盛った④にかけ、茹でた絹さやをちらす。