

## 保健の掲示板

### ◎健診・相談

とき	行事名	対象者	受付時間
12月5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27年10月生まれ	午後1時
12月8日(木)	2歳児歯科健診	平成26年8月1日～ 10月15日生まれ	午前9時～9時50分
12月15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20日(火)	1歳6ヶ月児健診	平成27年4月～ 5月生まれ	午後1時～2時
12月22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11日(水)	3歳児健診	平成25年5月～ 6月生まれ	午後1時～1時40分
1月16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27年11月生まれ	午後1時

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、不明な点は健康こども課へお問い合わせください。

☎健康こども課健康づくり班

☎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16年4月2日～17年4月1日生まれ【1回接種】	接種期間 平成29年3月31日(金)まで
二種混合	生後5～12ヶ月未満【1回接種】	
BCG	1歳に至るまで【3回接種】 ※標準接種年齢:生後2～8ヶ月	*10月1日(土)から開始 *平成28年4月1日以後に生まれたお子さん
B型肝炎	1歳～2歳未満【1回接種】	
麻疹風しん混合1期	平成22年4月2日～23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29年3月31日(金)まで
麻疹風しん混合2期	1期初回⇒生後6～90ヶ月未満【2回接種】 ※標準接種年齢:3歳児 1期追加⇒生後6～90ヶ月未満【1回接種】 ※標準接種年齢:4歳児 2期⇒9歳～13歳未満【1回接種】 ※標準接種年齢:9歳児	生後6ヶ月～3歳未満で接種をご希望の方は、健康こども課にご相談ください
日本脳炎	【特例対象者】 平成8年4月2日～19年4月1日生まれの方で4回接種(2期含む)が完了していない20歳未満の方	接種回数、接種間隔については健康こども課にご相談ください
子宮頸がん	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。
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、健康こども課へご相談ください。	
高齢者肺炎球菌	平成28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)のある方、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある方【1回接種】	接種期間 平成29年3月31日(金)まで 1人 2,000円助成
高齢者インフルエンザ	65歳以上、60歳から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)のある方、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(土)まで 1人 1,500円助成

## 手作り料理を食卓に!

町食生活改善協議会

### 鮭とチーズのコロッケ

材料(4人分): 1人分 349kcal

じゃがいも(男爵) …… 5個  
(皮つき550g、正味500g)  
牛乳 …………… 1カップ(200cc)  
甘塩鮭 …………… 1切れ(75g)  
クリームチーズ …… 80g  
塩 …………… 0.5g 白こしょう … 少々  
薄力粉 …… 大さじ2 卵 …………… 1個  
パン粉 …… 30g 揚げ油 …………… 適量  
<付け合わせ>  
サニーレタス …………… 200g  
ミニトマト …………… 8個(40g)



### 作り方

- ①じゃがいもは、皮をむいて4～6等分にして鍋に入れる。牛乳を加えフタをして火にかける。沸いてきたらフタをずらして中火で15分ほど煮る。竹串がすっととおるくらい柔らかくなったら火をとめ、マッシャーなどでつぶす。ゆるいようなら再び火をつけ軽く水分をとばして塩、こしょうを加えて混ぜ、粗熱をとる。
- ②甘塩鮭は焼いて、粗熱がとれたら皮と骨を取り除きほぐす。
- ③①と②を混ぜ合わせ、8等分にする。
- ④クリームチーズも8等分にし、③の真ん中にクリームチーズをのせて俵型にする。
- ⑤薄力粉、卵、パン粉の順につける。170℃に熱した油できつね色になるまで2～3分揚げて、付け合わせとともに器に盛る。