

# 接種期間は10月1日～29年1月31日 インフルエンザ予防接種を受けましょう

冬に流行するインフルエンザの重症化を予防するため、以下の方を対象に予防接種を実施します。区から発送する予診票をお持ちの上、区の指定医療機関で接種してください。接種を受けられる医療機関一覧は、予診票と一緒に送ります。接種には予約が必要な場合があります。事前に医療機関にご確認ください。  
【問合せ】保健予防課予防係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3859・☎(5273)3820へ。

## ●65歳以上の方と60歳～64歳で次の障害がある方

【対象】区内在住で接種日現在、  
▶①65歳以上の方  
▶②60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に重度の障害(身体障害者手帳1級程度)がある方  
【接種回数】1回  
【費用】2,500円(75歳以上の方、生活保護を受けている世帯等の方は自己負担免除)  
【予診票の送付】  
▶昭和26年9月30日以前に生まれた方と、上記対象②に該当し、27年度までにお申し込みいただいた方には、10月1日(土)までに予診票を発送します。  
※上記対象②に該当し、初めて接種を希望する方は、保健予防課予防係へお申し込みください。  
▶昭和26年10月1日～昭和27年

1月1日生まれの方へは、誕生日の前日までに予診票を発送します。

## ●13歳未満の方

【対象】区内在住で平成28年10月1日現在、13歳未満の方(平成15年10月3日以降に生まれた方)  
【接種回数】2回  
【費用】1回1,700円(生活保護を受けている世帯等の方は自己負担免除)  
【予診票の送付】  
▶平成15年10月3日～平成27年10月31日生まれの方へは、10月1日(土)までに予診票を発送します。  
▶平成27年11月1日～平成28年1月31日生まれの方には、1歳になる前月末に予診票を発送します。予診票が届く前に接種を希望する方は、保健予防課予防係へお申し込みください。  
▶1歳未満の方は生後6か月から



接種できます。平成28年2月1日以降に生まれた方は、保健予防課予防係へお申し込みください。

## ●生活保護を受けている世帯等の方

【対象】区内在住で平成28年10月1日現在、13歳以上65歳未満で、生活保護を受けている世帯等の方  
【接種回数】1回  
【費用】自己負担免除  
【予診票の送付】事前に保健予防課予防係へお申し込みください。

# 無料 B型肝炎ワクチン 予防接種

## 9月28日に対象の方に 予診票を発送します

10月1日(土)からB型肝炎ワクチンは定期予防接種となり、対象の方は無料で接種できます。対象の方に予診票をお送りします。指定医療機関で予防接種を受けてください。  
【対象】1歳未満のお子さん(28年4月1日以降生まれ)  
※母子感染予防の対象者として、健康保険によりB型肝炎ワクチンを受けたおさんは定期接種の対象外です。  
【予診票の送付】▶28年4月1日～7月31日生まれのお子さん…9月28日(水)に発送  
▶28年8月1日以降に生まれたお子さん…生後1か月になる月の下旬に、ヒブ・小児用肺炎球菌・四種混合・BCGの予診票を同封して発送

## 任意接種の助成は29年3月31日まで

任意接種の助成対象のおさんは、引き続き1回2,600円の自己負担で接種できます。  
【任意接種の助成対象・接種期間】  
▶26年4月2日～10月1日生まれのお子さん…9月30日(金)まで  
▶26年10月2日～28年3月31日生まれのお子さん…2歳の誕生日の前日まで(ただし29年3月31日(金)まで)

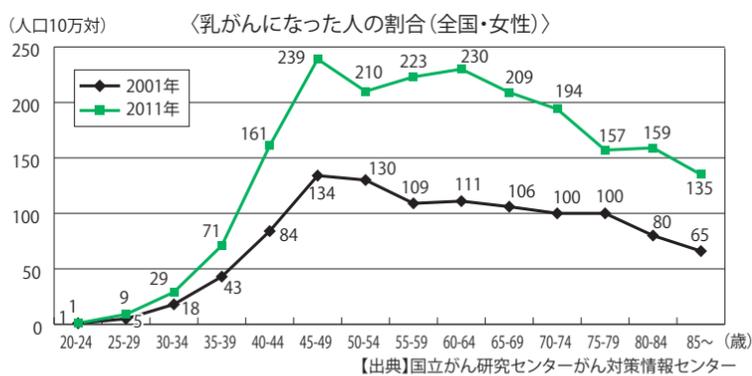
# 10月は乳がん月間

## 乳がんの正しい知識と定期的な検診を

乳がんは、日本人女性の12人に1人がかかるといわれていますが、早期発見・早期治療で90%以上の方が治るがんです。乳がんは、「自分で発見できる可能性のあるがん」です。定期的な乳がん検診と自己チェックで異変に気付くことが、早期治療につながります。

## 乳がん発症は40歳代後半がピーク

乳がんは40歳代～50歳代の女性のがんによる死亡原因の中で第1位です。しかし、どの年代でも乳がんにかかることはあり、年齢を問わず注意が必要です。定期的に乳がん検診を受けるとともに自己チェックを行いましょう。



## 女性の健康支援センターは女性の健康づくりを応援しています

【問合せ】女性の健康支援センター(三栄町25、四谷保健センター内) ☎(3351)5161・☎(3351)5166へ。

### ◎体験できる!

血管年齢測定や体組成計・肌年齢測定器等を使った簡単な健康チェックが無料で体験できます。また、乳がんのしこりをチェックできるマンモモデル(写真下)を年間を通して体験できます。



### ◎学べる!

女性特有の病気や健康づくりに関する健康セミナーを行っています。

●乳がんの講義型セミナー  
【日時】10月12日(水)午後6時15分～7時45分  
【会場】四谷保健センター(三栄町25)  
【対象】区内在住・在勤・在学の方、50名  
【内容】講義「乳がんのこと正しく知っていますか?～基礎から最新情報お伝えします」(講師は海瀬博士

／東京医科大学病院乳腺科助教)

【申込み】9月27日(火)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で女性の健康支援センターへ。先着順。

### ◎つながりができる!

同じ健康課題を持つ方々や健康づくりに関心のある方々に情報交換や仲間づくりの場を提供するとともに、そのグループの活動支援を行っています。乳がん体験者の会と女性の健康づくりサポーターの会があります。



## パーキンソン病講演会

●パーキンソン病の基礎知識と最新治療  
【日時】10月24日(月)午後1時30分～3時30分  
【対象】区内在住・在勤のパーキンソン病の方と家族、支援者ほか、50名程度  
【講師】服部信孝・順天堂大学医学部附属順天堂医院医師  
【会場・申込み】9月27日(火)から電話かファックス(3面記入例

## ぜん息予防アレルギー相談

【日時】10月27日(木)午後1時15分～3時  
【会場】牛込保健センター(弁天町50)

【対象】区内在住の15歳未満で、ぜん息・アトピー性皮膚炎などのアレルギー症状でお悩みの方、10名  
【内容】問診、専門医の診察、保健師・栄養士の相談、住まいの環境

のとおり記入)で東新宿保健センター(新宿7-26-4) ☎(3200)1026・☎(3200)1027へ。先着順。

衛生相談  
【申込み】9月27日(火)～10月18日(火)に電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で健康政策課公害保健係 ☎(5273)3030・☎(5273)3930へ。先着順。

## 講演会「味わい教育」 ドクシヤスネス教育

感じるおいしいくなる魔法  
区では「食」を通じた健康づくりネットワークを発足し、食育活動を支援しています。その一環として、食育に関する講演会を開催します。

【日時】10月25日(火)午後2時30分～4時30分  
【会場】四谷保健センター(三栄町25)  
【対象】区内在住・在勤・在学で食に興味・関心のある方、区内で食に関する活動をしている方、これから活動したい方、60名  
【内容】講演(講師は品川明・学習院女子大学教授)と味覚の体験学習(試食・試飲あり)  
【申込み】9月27日(火)から電話で健康づくり課健康づくり推進係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3047へ。先着順。