

風疹ワクチン予防接種費用を助成しています。

風疹ってどんな病気？

春先から初夏にかけて流行しやすく、発熱・発疹・リンパ節の腫れが起こります。大人になってから罹患すると重症化しやすく、特に妊娠初期の女性が風疹に罹患した場合、生まれてくる子どもの耳や目、心臓などに障がいが生じる先天性風しん症候群の危険性が高くなります。

職場で流行し、夫から妊娠中の妻に感染させてしまうこともあります。

妊婦さんや妊娠予定の方、配偶者の方、さらに周囲の方々には是非風疹ワクチン接種をご検討下さい。

対 象：1990（平成2）年4月1日以前に生まれた方

（幼児期に未接種または1回接種のため、風疹抗体が不十分な世代です）

方 法：事前に医療機関へご予約の上、受診してワクチンを接種して下さい。

持ち物 健康保険証（住所地の確認のために必要です）

費 用 全額助成（窓口支払いはありません）

委託医療機関

深川市立病院・津田こどもクリニック・深川市多度志診療所

東ヶ丘病院・たかはし内科消化器内科・児島医院・妹背牛診療所

北竜町立診療所・秩父別町立診療所

※上記医療機関以外で接種された場合は、予防接種費用を1度自己負担して頂いた後、役場保健福祉課にて払い戻しが可能です。あらかじめお問い合わせ下さい。（Tel 35-2120）



食育 NEWS 『野菜のお話』

厚生労働省は、成人が健康で生活するためには野菜を1日350g以上接種することを目標としています。しかし、全国平均283.1g/日しか摂れていないのが現状です。

Q：なぜ野菜は食べたほうが良いの？

A：野菜には健康維持のために大切な栄養素（ビタミン・ミネラル）が多く含まれており、生活習慣病や肥満の予防に役立つからです。



アスパラガス〈旬・春〉
 葉酸、ビタミンB6、β-カロテン、アスパラギン酸、
 ビタミンC、ビタミンB2

～旬な野菜の豆知識～

アスパラガスはラップで包んで、穂先が上になるように立てかけて冷蔵庫で保存しましょう。乾燥は大敵です！