

ガラスバッジを回収します

回収日は**11月4日(火)**です。10月下旬に返信用封筒を送付しますのでご確認ください。

- 回収は、ガラスバッジのみです。
 - 学校などでの回収は行いません。 ほけん課まで届くよう、郵送又は持参してください。
- 測定結果や結果報告の送付などが遅れる場合がありますので、回収日までの提出にご協力ください。

毎月 19 日は「みんなで食べる国見の日」

町では毎月 19 日を「みんなで食べる国見の日」とし、家庭や地域で受け継がれた料理を食べるよう推奨しています。国見町食卓図鑑から今月のおすすめメニューはこちら！



「さといもの煮っころがし」

【作り方】

- ① 里芋は皮をむいて食べやすい大きさに切り、塩でもみ、ぬめりを取る。
- ② 里芋を下茹でする。
- ③ 鍋に水と調味料と里芋を入れ、煮る。

【材料】

里芋……………400g
水……………1 と 1/2 カップ
みそ……………大さじ 1 と 1/2
砂糖……………小さじ 2
酒……………大さじ 1

check

町栄養士からのワンポイントアドバイス

下茹ですて、塩分カット！

里芋や大根など固い食材で煮物を作る時は、一度下茹ですること、少ない調味料でもしっかり味付けすることができます。



公立藤田総合病院院長
近藤 祐一郎 先生

院長先生の診察室から

【第 47 回】

今年は、観測史上最も暑い夏でした。気温上昇により西日本で発生していた重症熱性血小板減少症（SFTS）が、東日本でも報告されています。ウイルスを持ったマダニに咬まれて感染し、発熱や消化器症状を呈し、重症例では出血傾向や意識障害を伴い死亡する場合があります。今年 7 月までに全国で 120 例が報告され、ウイルスを持ったペットからの感染が多く報告されています。野外活動後は、マダニにかまれているか確認してください。マダニがついていたら、無理に引っ

張らず、皮膚科などで頭部が残らないように除去してもらってください。かまれた後、2 ～ 3 週間は体調に気をつけ、発熱などの症状があれば、医療機関を受診しましょう。

ほけんだより

— Health topics —

☎ ほけん課 保健係 ☎ 585-2783
✉ hoken@town.kunimi.fukushima.jp

秋・冬の予防接種情報

10 月 1 日から「インフルエンザ予防接種」及び「新型コロナウイルス予防接種」が開始されます。接種を希望される方は、直接お電話で予約し、受診してください。

インフルエンザ予防接種（妊婦・小児）

	不活性化ワクチン（注射するワクチン）	生ワクチン（鼻にスプレーするワクチン）
対象者	・妊婦 ・生後 6 か月から 18 歳以下の方（高校 3 年生相当まで）	2 歳以上 18 歳以下（高校 3 年生相当まで）
費用助成	1,000 円（生活保護世帯は全額助成） 助成回数 1 回（13 歳未満は 2 回まで助成）	1,000 円（生活保護世帯は全額助成） 助成回数 1 回
自己負担	医療機関の接種料金から助成額を差し引いた金額をお支払いください	
持ち物	母子健康手帳、健康保険証や医療費受給者証等の住所や年齢が確認できるもの	
実施医療機関	福島市・伊達市・伊達郡の実施医療機関で接種できます ※上記の医療機関以外で接種した場合、医療機関に全額お支払いした後、助成金額を指定の口座にお振込みします。領収書、接種を証明できるもの（母子手帳等）、本人（保護者）名義の通帳を持参し、ほけん課保健係に申請してください。	
実施期間	10 月 1 日(火)～ 12 月 27 日(土)	

インフルエンザ予防接種（高齢者）

- 対象者 ・ 65 歳以上の方
・ 60 歳以上 65 歳未満で心臓、腎臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫障害があり、身体障害者手帳 1 級相当の方
- 自己負担 1,500 円（生活保護世帯は無料）
- 実施医療機関 福島県内の実施医療機関で接種できます
- 実施期間 10 月 1 日(火)～ 12 月 27 日(土)

新型コロナウイルス予防接種（高齢者）

- 対象者 ・ 65 歳以上の方
・ 60 歳以上 65 歳未満で心臓、腎臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫障害があり、身体障害者手帳 1 級相当の方
- 自己負担 4,700 円（生活保護世帯は無料）
- 実施医療機関 福島県内の実施医療機関で接種できます
- 実施期間 10 月 1 日(火)～令和 8 年 3 月 31 日(火)