

日本脳炎予防接種

日本脳炎予防接種は、平成17年5月30日から国の指導により、積極的な勧奨は差し控えていたが、平成22年4月1日、積極的な勧奨を行う段階に至ったものとされたことから、国の方針に基づき3歳児の1期初回接種に対し勧奨を開始します。

対象者には通知書、予防票等を下記のスケジュールにより発送いたしますので、よくお読みいただきお受けください。また、勧奨対象者以外のお子さんについては現在も勧奨通知は見合わせていますが、希望される場合は接種可能です。なお、市外の医療機関で接種を希望される場合には依頼書が必要になりますので、最寄りの総合支所等へお問い合わせください。

- ◇対象者
 - ・平成22年度3歳のお子さん
 - ・7歳6か月未満で未接種のお子さん
- ◇接種場所 市内協力医療機関
- ◇費用 無料
- ◇お持ちいただくもの
 - 母子健康手帳
 - 予防票（必要事項を記入してお持ちください）

◎ 通知書発送スケジュール
○平成18年4月2日
平成19年6月30日生まれ

○平成19年7月生まれ 7月発送
○9月以降の発送について 8月発送

3歳になった翌月になります。なお、発送日以前に電話や窓口での問い合わせにより予防票等の発行を受けている対象者について、今回の勧奨通知はありませんので、発行済のものでお受けください。また、転入されたお子さんで予防票等がない場合は最寄りの総合支所等へご連絡をお願いします。

◎ 積極的な勧奨差し控えによって、接種機会を逃してしまつた（7歳6か月を過ぎてしまつた）お子さんについて
国は、積極的な勧奨の差し控えによって接種機会を逃したお子さんに対する接種機会の確保については、今後、接種状況やワクチン供給量などを勘案しながら、接種機会を確保できるように検討を行うとしています。

◇連絡・問合先

本	健康増進課	☎(25)3511
大	健康福祉課	☎(45)1788
藤	健康福祉課	☎(62)0904
都	健康福祉課	☎(29)1103

健康情報コーナー
夏野菜で元気になろう!

野菜は、ビタミン・ミネラル・食物繊維等の栄養素を含んでいて、からだの調子を整える働きがあります。野菜は一年中、手に入るものが増えましたが、旬のものはやはり旬に食べるのが一番!旬の野菜は、栄養価が高いだけでなく、その季節のからだにふさわしい栄養がたっぷりです。夏野菜を食べて、暑い夏を乗り切りましょう。

◆夏野菜の効能の一部をご紹介します◆

- トマト・・・汗とともに奪われやすいビタミンCが豊富。
- 枝豆・・・体内の熱を冷まして、余分な水分を排泄する働きがある。また、アルコールから肝臓や腎臓を守る。
- オクラ・・・ネバネバの成分は、夏バテ防止や疲労回復の効果がある。



この他、ナス・きゅうり・ピーマン・ズッキーニなどの夏野菜には、水分やビタミンが多く含まれており、身体のほてりや渴きを癒してくれる働きがあります。

こころの健康相談

なんとなく眠れない、気分が落ち込むなど、心の悩み等をお持ちの方、又はそのご家族。お気軽にご相談ください。

◎日時
平成22年9月
毎週月曜日（祝日の場合翌日 午前9時～午後4時）

- ◇場所 市民相談室
- ◇内容 市役所本庁舎1階/入舟町（市役所本庁舎1階/入舟町）
- ◇費用 無料
- ◇問合先 健康増進課 ☎(25)3512



人にやさしい街へ
妊産婦にやさしい環境づくり



(マタニティマーク)

国民健康保険のお知らせ

★「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」の更新のお知らせ

現在交付してある「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」は、7月31日有効期限が切れます。8月1日以降も入院する場合は、8月31日までに申請が必要です。

また、新規に入院する方は、随時申請を受け付けます。

◇限度額適用認定

○対象 70歳未満で国民健康保険税に未納がない、住民税課税世帯

◇限度額適用・標準負担額減額認定
入院時の食事代が減額されます。

○対象

・70歳未満で国民健康保険税に未納がない、住民税非課税世帯

◆共通事項
認定証を病院に提示すると、入院した月の一医療機関の窓口での支払いが自己負担限度額までになります。

◆手続きに必要なもの
○国民健康保険証
○印鑑

○有効期限の過ぎた限度額適用認定証、又は限度額適用・標準負担額減額認定証

★高齢受給者証更新のお知らせ
『国民健康保険高齢受給者証』（70歳以上で後期高齢者医療制度に加入されていない方に交付）の有効期限は7月31日ですので、新しい高齢受給者証を7月下旬にお送りします。

なお、3割負担の方（課税所得14.5万円以上の方およびその世帯に属する方）でも、平成21年中の収入によっては1割負担に変更できる場合があります。

高齢者単身の世帯	収入合計	383万円未満
高齢者複数の世帯	収入合計	520万円未満

該当する方は、収入額を確認できる書類・国民健康保険被保険者証・国民健康保険高齢受給者証・印鑑をお持ちのうえ、窓口へお越しください。

◇問合先

本	保険年金課	☎(21)2151
大	市民生活課	☎(43)9216
藤	市民生活課	☎(62)0903
都	市民生活課	☎(29)1102

☆休日・夜間救急診療のお知らせ☆

栃木地区急患センター8月の当番医師 境町（医師会病院隣）☎22-8699
診療時間等 平日：19時～22時（内科/小児を含む） 休日：9時～21時（内科/小児を含む）（外科）
※変更になる場合もありますので、事前に電話確認をしてお出かけください。

1日	内：福地（蔵の街診療所） 外：斉藤（浩）（はこのもりクリニック）	16月	土谷（土谷医院）
2月	盛川（サンライズクリニック）	17火	山門（山門クリニック）
3火	成田（成田内科）	18水	金田（金田医院）
4水	長谷川（長谷川医院）	19木	山田（合戦場クリニック）
5木	大門（大門内科医院）	20金	亀田（亀田整形外科医院）
6金	橋本（安）（橋本医院）	21土	中元（中元内科医院）
7土	青木（虎）（青木医院）	22日	内：天下井（あまがいの内科医院） 外：青木（虎）（青木医院）
8日	内：山田（合戦場クリニック） 外：岡田（岡田皮膚科耳鼻咽喉科クリニック）	23月	永谷（大島医院）
9月	青木（章）（静和医院）	24火	斉藤（伸）（さいとう小児科）
10火	石井（石井内科医院）	25水	天海（照）（天海内科）
11水	中村（昭）（なかむら耳鼻咽喉科クリニック）	26木	藤沼（仁）（大平下病院）
12木	小林（こばやしクリニック）	27金	桜井（桜井こどもクリニック）
13金	大山（大山整形外科）	28土	箕輪（箕輪内科）
14土	大森（うづまクリニック）	29日	内：山門（山門クリニック） 外：（昼）鈴木（藤岡整形外科クリニック） 外：（夜）持田（持田医院）
15日	内：中村（洋）（都賀中央医院） 外：町田（メディカルパス）	30月	青木（虎）（青木医院）
		31火	与倉（与倉ペインクリニック）

急患センター終了後
受診できる病院 問合先
・月～土曜日の22時以降
栃木消防本部☎22-0119

・休日の21時以降
（日曜・祝日・年末年始）
栃木消防本部☎24-9999

小児救急診療
毎週日曜日19時～21時
市内の小児科開業医が中心となって実施しています。
対象 0歳～中学生
場所 とちの木病院（大町）☎22-7722

とちぎ子ども救急電話番号
毎日19時～23時
☎028-600-0099
プッシュ回線の場合 #8000