

◎健康づくり課（保健センター）  
 (☎ 973・3700、FAX 976・8896)  
 ◎ 411・0832 南二日町8・35

お知らせ

### 高齢者用肺炎球菌ワクチン

接種期間 3月31日(金)まで

接種回数 1回(すでに接種済みの場合には対象外)

接種費用 自己負担2000円

①肺炎球菌の予防接種を受けたことがなく、次の表の年齢に該当する人②60～64歳で、肺炎球菌の予防接種を受けたことがなく、心臓・腎臓・呼吸器機能・免疫機能に障がいのある人※障害者手帳(内部障害)1級保持者など

予診票 むらさき色

※今回の対象者は、3月31日(金)以降、受けられません(定期接種の対象は1回限り)。

### ■高齢者用肺炎球菌の対象年齢

年齢	生年月日
65歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ
70歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ
75歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ
80歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ
85歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ
90歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ
95歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ
100歳	大正5年4月2日～大正6年4月1日生まれ

### 子どもの予防接種は済みましたが

入園、入学、進級を前に、まだ受けていない予防接種がないか母子健康手帳で確認しましょう。※転入した人、予診票を紛失した人は、予診票を交付します。

### ■子どもの予防接種一覧

予防接種名	回数	対象年齢
ヒブ	1～4	生後2カ月～5歳になる前日まで
小児用肺炎球菌	1～4	
B型肝炎	3	1歳になる前日まで
BCG	1	生後5カ月～1歳になる前日まで
4種混合	4	生後3カ月～7歳6カ月になる前日まで ※年齢・接種状況によって接種するワクチンが違います。
不活化ポリオ	4	
3種混合	4	
水痘	2	1～3歳になる前日まで
麻しん風しん混合(MR)	1	1期：1～2歳になる前日まで
	1	2期：5～7歳未満で、就学前1年間 ※接種期間は3月31日まで
2種混合	1	11～13歳になる前日まで
日本脳炎	3	1期：3～7歳6カ月になる前日まで
	1	2期：9～13歳になる前日まで
	4	平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれ ※1・2期ともに19歳まで接種可能

母子健康手帳を持って保健センターまでお越しください。市外(県内)の医療機関で接

種を希望する人は、接種可能な医療機関が限られます。事前に問合せください。

### 【凡例】

時とき・場場所・内内容・講講師・費費用(記載なしは無料)・対対象・定定員  
 持持ち物・注注意事項・申申込み(記載なしは不要)・問問合せ

Pick Up!!

### 腎臓からのSOS ～3月9日は世界腎臓デー～

新たな国民病といわれる慢性腎臓病(以下「CKD」という)。自分には関係ないと思っていませんか。CKDの症状や合併症について、話を聞きました。

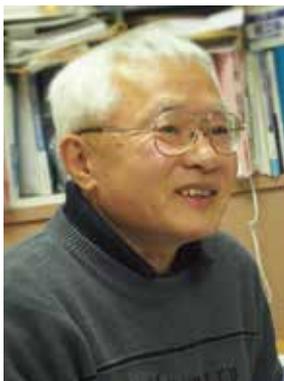
### 【桜井内科クリニック】

#### 桜井院長

CKDになるとむくんだり、尿の出が悪くなると思っている人が多いと思います。

しかし、実際は無症状のうちに進行し、症状が出るころには正常の腎機能の30%程度に低下している人がほとんどです。しかもCKDには脳卒中や心筋梗塞などの血管合併症が高率に起こり、透析治療を行う前に亡くなる人も多いのです。

CKD早期発見には、検診や医療機関を受診して、検尿や血液検査をすることが必要です。毎年、市では国民健康保険加入者などに対する検診を実施しています。定期的な検診がCKDの早期発見、早期治療に結び付くと思いますので、ぜひご活用ください。



◀ 桜井院長

連載  
ガーデンシティ  
みしま



# 春の花壇コンクール 参加者募集

～花づくりを楽しむために～  
初めての園芸⑦  
「ガーデニングに挑戦」

春先の園芸店は色とりどりの花がいっぱいです。どの花にするか迷うことはありませんか。花はあらかじめ植え込むレイアウトを考えて、必要な数だけ買しましょう。花色を統一し、葉の色を楽しむ植物も一緒に植え込むと落ち着いた趣のある花壇に仕上がります。草丈の高低差をつけるのも花壇づくりの重要なポイント。1年間の植栽計画を立てると、さらに充実した素敵な“マイガーデン”ができます。

春はガーデニングに最適の季節です。この機会に挑戦してみませんか。

市では「三島流オープンガーデン」として、花壇づくりやハンギングバスケットなどで、道行く人々が楽しめるまちづくりを進めています。皆さんの自慢の庭をコンクールに応募してみませんか。

対▶フラワーポットなど5個以上からなるもの▶草花の種類は不問▶個人・団体の部は道行く人の目にふれる場所にあるもの▶市内の自主製作の花壇  
※対象外▷専門業者に製作や管理を委託しているもの▷樹木の花を中心としたもの  
応募部門 保育園の部、幼稚園の部、小学校の部、中学校の部、団体の部、個人の部、個人の部（エキスパート）

現地審査・表彰式 4月中旬・5月下旬

用2月20日(月)～3月17日(金)に申込書を水と緑の課(〒411・8666 北田町4・47)。※申込み後4月7日(金)までにカラー写真の提出が必要

申込書の配布 水と緑の課(市役所本庁)、生涯学習センター、中郷文化プラザ、北上文化プラザ、楽寿園、各市立公民館



◀素敵な春の花壇が目を引きます

私は以前から花が好きで自宅の庭を、イングリッシュガーデンにしたいと取り組んでいます。庭に花を飾ると声をかけてくれる人も多く、地域の人とのコミュニケーションが生まれます。昔から三島には、水と緑の美しい環境に花の演出が似合っていると感じています。

三島信用金庫でもお客さまを気持ちよくお迎えしようと5年前から店先に花を飾っています。特例子会社さんしんハートフルの障がい者17人を含む25人が、美しいまちづくりのため、掃除や花の管理などを行っています。

市がさらに活気を生むための課題は、「古くからある美しい緑を守る」また、「ガーデンシティみしまアクションプラン」にもある「ごみのない街をつくる」ことだと思っています。一人一人が『花咲か市民』となり、自宅の庭先を花で飾ってほしいですね。市民が、市の歴史と文化を知り、外の人に発信しながら、今後もガーデンシティの活動を続け、訪れる人、住む人が増えることを期待しています。



稲田 精治さん

ガーデンシティみしま推進会長  
三島市ふるさとの緑保全基金推進協議会会長  
三島信用金庫理事長、三島商工会議所会頭

「私も参加しています」  
ガーデンシティ

19