

初心者でも楽しめる！

春のスポーツ教室に参加しませんか？

電話での
申込は
できません

- 5月11日～7月13日の毎週火曜日に、各教室全10回で開催します

- ▶ **参加費** 2,000円（申し込み時に持参）
- ▶ **申込み** 先着順。4月7日(水)～14日(水)の午前9時～午後8時に
直接市民体育館へ（電話申込みは不可）

■ **問合せ** 市民体育館（☎53-6003）



教室名	とき	ところ	対象	内容
ニコニコエアロ体操教室	10:00～12:00	市民体育館アリーナ	100人	誰でも無理なく楽しく出来るエアロビクスです。
にこにこ体操教室	13:00～15:00	市民体育館剣道室	50人	耳になじんだ曲にのって、無理なく出来る体操です。
ソフトバレーボール教室	19:00～21:00	市民体育館アリーナ	50人	初心者でも気軽に楽しめる4人制バレーボールです。
卓球教室	19:00～21:00	市民体育館アリーナ	50人※	初心者でも基礎からゲームまで気軽に楽しく学べます。
健美操教室	10:00～12:00	第二市民体育館	100人	呼吸・姿勢・運動の必要性を学び、転倒防止に役立つ体操です。

※卓球教室は、高校生以下は参加できません。

命をつなぐボランティア

400ミリリットル献血にご協力ください

新型コロナの影響で、献血への協力者が減っています。血液は人工的に造ることができず、長期保存もできません。病気やけがで輸血を必要としている患者さんに安定的に血液を届けるために、献血への協力をお願いします。



校 区	と き		と ころ
—	4月11日(日)	10:30～12:00、13:15～16:00	イオンモール大牟田
	4月18日(日)		
天領校区	4月20日(火)	10:00～12:00、13:00～15:30	マルミヤストア大牟田南店駐車場

- ▶ **対 象** 男性は17歳～69歳、女性は18歳～69歳。いずれも体重50キログラム以上の人
※65歳以上は、60～64歳に献血経験のある人のみ可能です。
※服薬等により献血ができない場合もあります。

- ▶ **持ってくる物** 献血カードまたは本人確認ができるもの（運転免許証、健康保険証など）

- ▶ **注 意** 風邪等症状のある人は参加を控えてください。
マスク着用等咳エチケットに協力をお願いします。

■ **問合せ** 福祉課 障害福祉担当（☎41-2663）

介護保険料を普通徴収（納付書・口座振替）で納める
65歳以上の皆さんへ

介護保険料の納入（納付）通知書を発送します

介護保険制度は、介護の負担を社会全体で支え合い、安心して暮らすための制度です。制度が円滑に運営されるよう、通知書を必ず読んで、介護保険料の納付をお願いします。

- ▶ 発送予定 4月中旬
- ▶ 納期限 通知書に記載
- 問合せ 福祉課 介護保険担当（☎41-2683）

！ 保険料を滞納すると…

滞納期間に応じて、介護保険を利用する時に制限がかかります。納付が難しい人は、分割納付や減免の制度もありますので、早めに相談してください。



いつまでも元気に自分らしく過ごすために

女性のための排尿トラブル予防教室

排尿の仕組みを学び、尿失禁予防体操を行います。
早い時期に予防体操を行うことが失禁の予防にもつながります。

- ▶ と き 4月27日(火)午後2時～4時
(1時30分開場)
- ▶ ところ 地域交流施設「さいせい」
(田隈599-18)

▶ 定 員 先着20人

■ 申込み・問合せ 4月5日(月)から福祉課
総合相談担当（☎41-2672）へ



心配事は一人で悩まず専門家へ相談を

精神保健福祉相談を利用しませんか

要予約
相談無料

南筑後保健福祉環境事務所では、精神科の専門医師や保健師が、こころの悩みや病気に関する相談を受けています。相談内容は秘密を厳守します。

▶ と き ・ ところ ※どの会場でも相談できます。

会 場	開催日	時 間
本庁舎(県柳川総合庁舎)	第1・2木曜日	13:00～15:00
分庁舎(県八女総合庁舎)	第1・2・3・4月曜日	14:30～16:00
大川市保健センター	偶数月の第4水曜日	13:30～15:30
大木町子育て交流センター	奇数月の第4水曜日	13:30～15:30
大牟田市労働福祉会館	第3水曜日	13:00～15:00



※大牟田市開催分の相談は、毎月1日号の「広報おおむた」無料相談のページに掲載しています。

■ 申込み・問合せ 福岡県南筑後保健福祉環境事務所 精神保健係（☎72-2176）

子どもの予防接種は忘れず受けましょう

無料（全額公費負担）で受けられる予防接種は、以下のとおりです。体調の良いときに受けてください。

▶ 持っていく物 母子健康手帳

※接種には保護者の同意が必要です。必ず保護者が連れて行きましょう。

※母子健康手帳をなくした場合は子ども家庭課（☎41-2661）で再発行できます。

▶ 受診方法 市内の実施医療機関に事前に問い合わせのうえ、受診してください。

医療機関一覧はこちら →



■ 問合せ 保健衛生課（☎41-2669）

【予防接種の種類と受ける時期】

ワクチンの種類	対象年齢（〔 〕内は標準的な接種年齢）	接種回数	接種間隔（〔 〕内は標準的な間隔）
ヒブ	初回接種の開始が生後2カ月～7カ月未満	初回 3回	27日以上〔27～56日〕
		追加 1回	初回接種後7カ月以上〔7カ月～13カ月未満〕
	初回接種の開始が生後7カ月～1歳未満	初回 2回	27日以上〔27～56日〕
		追加 1回	初回接種後7カ月以上〔7カ月～13カ月未満〕
小児用肺炎球菌	初回接種の開始が生後2カ月～7カ月未満	初回 3回	27日以上
		追加 1回	初回接種後60日以上あけて1歳以降に接種
	初回接種の開始が生後7カ月～1歳未満	初回 2回	27日以上
		追加 1回	初回接種後60日以上あけて1歳以降に接種
四種混合 〔百日ぜき、破傷風 ジフテリア、不活化ポリオ〕	生後3カ月～90カ月未満 〔初回：生後3カ月～1歳未満〕 〔追加：1歳～1歳6カ月未満〕	初回 3回	20日以上〔20～56日〕
		追加 1回	初回接種終了後6カ月以上 〔初回接種終了後12カ月～18カ月未満〕
B型肝炎	1歳未満〔生後2カ月～9カ月未満〕	1回目	———
		2回目	1回目から27日以上
		3回目	1回目から139日以上
BCG	1歳未満〔生後5カ月～8カ月未満〕	1回	———
水痘（みずぼうそう）	1歳～3歳未満〔初回：1歳～1歳3カ月未満〕	2回	3カ月以上〔6カ月～12カ月未満〕
MR混合 〔麻しん、風しん〕	1歳～2歳未満	1期 1回	———
	5歳～7歳未満で小学校入学前の1年間	2期 1回	———
日本脳炎 ※1	生後6カ月～90カ月未満 〔1期初回：3歳～4歳未満〕 〔1期追加：4歳～5歳未満〕	1期 初回 2回	6日以上〔6～28日〕
		1期 追加 1回	1期初回接種終了後6カ月以上 〔1期初回接種終了後おおむね1年〕
	9歳～13歳未満〔9歳〕	2期 1回	———
	特例措置①：平成19年4月1日までに生まれた20歳未満の人	1～4回	不足回数によって接種間隔が異なります
	特例措置②：平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人、9歳～13歳未満の間に1期（3回）の不足分が接種可	1～3回	不足回数によって接種間隔が異なります
二種混合 〔破傷風・ジフテリア〕	11歳～13歳未満〔11歳～12歳未満〕	1回	———
子宮頸がん ※2	12歳となる日の属する年度の初日から16歳となる日の属する年度の末日までの間にある女子〔中学1年生になる年度〕	3回	ワクチンの種類によって接種間隔が異なります
ロタウイルス ※3	ロタリックス	2回	27日以上
	ロタテック	3回	27日以上

※1 日本脳炎の予防接種は、現在ワクチンの出荷量の調整が行われています。今後しばらくは定期接種4回接種のうち、1期2回接種を優先して接種するよう厚生労働省から通知がでています。

※2 子宮頸がんの予防接種は現在接種勧奨を差し控えています。接種する場合は、有効性や安全性などについて理解のうえ受けてください。

※3 同じ種類のワクチンを続けて接種してください。医療機関によって取扱いのワクチンが異なりますので、必ず事前に確認してください。