



ぼくたち わたしたち

くっちゃん子

俱知安でくすくす育つ子どもたちです。「こんな子に育ってほしい！」ご家族の願いも併せて紹介します。
☎総合政策課広報広聴係 ☎ 56 - 8001

※ 4・10 カ月児健康診査を受診した子どもで、保護者が同意した場合のみ掲載しています

子育て支援センターだより

10月の広場のお知らせ

あいあい広場（0歳） 10月 3日(木)
きらきら広場（1歳） 10月10日(木)
のびのび広場（2・3歳） 10月17日(木)
各広場とも10時からハロウィーン飾り作りと誕生月のお子さんの誕生会を行います。
■申込／9月2日(月)9時30分～

広場ってなあに？

月に一度、0歳、1歳、2・3歳の親子が集まり、お子さんの誕生会や制作などを行います。お母さん対象のゲームもあり、同年齢のお子さんがいるお母さんたちと交流を持つことができます。申込については毎月の広報をご覧ください。詳しくは子育て支援センターにお問い合わせください。

子育て講座「お口育てと姿勢について学んでみませんか？」

○日 時：10月23日(木)10時～11時 ○場 所：子育て支援センター※託児有
○講 師：歯科衛生士・口育士・軸育士® 傳法明日美氏
○参加費：無料 ○持ち物：飲み物（2人分）
■申込／9月9日(月)9時30分～



子育て支援センターを利用したことがない「はじめまして」の方も参加できます

子育て支援センター（南3東5ぬくぬく内） ☎ 55 - 8355 FAX 55 - 8377
開所時間 9時30分～12時、13時30分～16時
休 所 日 日曜日、祝日

子宮頸がん予防のワクチン 無料接種は9月末までに1回目を

HPV（子宮頸がん予防）ワクチンは完了まで6カ月かかります

HPVワクチンは、全部で3回接種する必要があります、すべて自己負担で接種する場合は、約10万円の費用が必要です。

ワクチンの接種には、体が抗体を作る期間として、一定の間隔を空ける必要があります。1回目の接種から2カ月後に2回目を打ち、1回目の接種から6カ月後に3回目を打ちます。

そのため、3回分を無料（公費）で受けようとする場合、9月末までに1回目の接種をしている必要があります。

次の方は9月末までに1回目の接種をお勧めしています

次の方はいずれも、令和7年4月以降に接種する場合、接種費用が自己負担となります。

【年齢が高校1年生相当の方】
無料接種の対象となる定期接種の接種期間は、小学6年生から高校1年生相当の年齢までです。

平成20年4月2日から平成21年4月1日生まれの方は、令和7年

度から無料接種の対象外となります。

【キャッチアップ接種対象の方】

平成9年4月2日から平成20年4月1日生まれの方は、副反応の問題などにより、接種の積極的推奨が行われなかった期間に定期接種年齢であったため、「キャッチアップ接種対象」となっています。対象者は、一時的に無料接種ができるよう期間が設けられており、この期間は、令和7年3月末で終了します。

無料接種を希望している方で、まだ接種予約をしていない方は、急いで予約をしてください。

○町内の医療機関で接種する場合

折込チラシの「暮らしのカレンダー」の裏面をご覧ください、記載のとおり、予約をしてください。

○町外の医療機関で接種する場合

接種する医療機関を決め、役場1階の7番窓口で手続きをしてください。

☎ 福祉医療課保健指導係
☎ 22 - 1144

油断しないで！ 熱中症と寒暖差による体調不良

最近、9月に入っても気温が高いい日が続いています。昨年の俱知安町の気温を見てみると…。

真夏日一歩手前の日もあれば、最低気温が6度近くまで下がる日もありました。

今年の気温予想も昨年同様で、平年並みから高めの予想となっています。

寒暖差の影響を受け、不調が出やすくなると言われている

気温差の目安は7度以上です。

体が寒暖差に適応しようとエネルギーを消耗し続けることで自律神経のバランスが乱れてしまい、疲労感や倦怠感などの症状が現れてしまいます。

また、体調が悪いと熱中症にもなりやすいため、バランスの良い食事・規則正しい生活を心がけましょう。

高齢者の方は体の状態に気付け

ないことが多いため、温度計で気温を確認したり、水分補給の時間を決めたりして、目で見てわかりやすくすることも大切です。



オレンジカフェ「結び場」

■日時／9月19日(木)13時30分～15時30分

■場所／保健福祉会館
■参加費／百円（お茶、お菓子代）
どなたでも自由に参加できます。出入りも自由ですので、お気軽にご参加ください。

敬老会

■日時／9月5日(木)11時～

■場所／保健福祉会館ほか
■対象年齢／満75歳以上の方

●敬老祝金（8月1日現在）／
満80歳・満88歳・満99歳
●記念写真／
昭和22年生まれの満77歳

※敬老祝金と記念写真の受け取りは保健福祉会館のみ

☎ 俱知安町地域包括支援センター
☎ 23 - 0500