

**高齢者インフルエンザ  
予防接種の費用を一部助成**

問合先／健康づくり課 (978-7100)

インフルエンザは、38度以上の高熱、関節痛などの全身症状が特徴で、高齢者の場合は肺炎などの合併症を起こすことが多くなります。

予防には、日頃の健康管理（うがい、手洗いなど）と予防接種が有効です。インフルエンザが流行する時期の前の接種をお勧めします。12月末までの体調の良いときに接種しましょう。

**○接種期間**

10月1日（金）～令和4年2月28日（月）

※医療機関によっては10月中旬から開始

**○対象**

- ①町内に住民票があり、接種当日65歳以上の人
- ②接種当日60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある身体障害者手帳1級、または同等の障害がある人

**○個人負担金**

1,200円

※生活保護受給者は免除

（事前に健康づくり課で要申請）

**○持ち物**

健康保険証、個人負担金、身体障害者手帳（対象②に該当する人のみ）

**○接種方法**

- ▶町内、伊豆の国市、伊豆市の委託医療機関で接種することが可能です。予診票は医療機関に置いてあるので、事前に電話でご確認ください。
- ▶委託医療機関以外の医療機関（県内のみ）で接種を希望する人は、事前に手続きが必要になりますので健康づくり課へご連絡ください。

**10月17日～10月23日は  
「薬と健康の週間」です**

問合先／健康づくり課 (978-7100)

薬局の薬剤師は、薬に関する困り事や質問はもちろんですが、健康に関するささいなことでも相談を受け付けています。まずは、身近な薬局にご相談ください。これからも安心して医療を受けるためにかかりつけ薬局を活用しましょう。

**○かかりつけ薬剤師・薬局を持ちましょう**

かかりつけ薬局とは、処方箋をもらったらずこここで調剤してもらおうと決めている薬局のことです。自宅の近くなどでかかりつけ薬剤師・薬局を持つと、メリットがたくさんあります。

- ▶複数の診療所から薬をもらっている時の薬の重複チェック
- ▶薬の飲み方相談
- ▶余っている薬の調整（残っている薬に応じて、医師と処方する薬の量を調整）
- ▶薬の変更（飲みにくい錠剤から顆粒剤などへの変更、生活リズムに合わせて朝昼晩服用から朝夕服用への形態の変更など）
- ▶在宅医療で必要となる薬や医療材料の提供
- ▶薬の服用履歴管理、薬にまつわる相談など

**○お薬手帳を1人1冊にまとめましょう**

何冊もあると薬の情報が分散して医師や薬剤師に正しく伝わりません。1冊にまとめると、薬の効能の重複や副作用が起きないように確認してもらえて安心です。薬が6種類以上になると、副作用や薬物有害事象が起こるリスクが高くなると言われています。市販薬やサプリメントも飲み合わせの危険があるので、お薬手帳にメモをし、常に持ち歩くようにしましょう。

**○ジェネリック医薬品を上手に活用しましょう**

ジェネリック医薬品は、新薬（先発医薬品）と同じ有効主成分で製造されており、同等の効果を有する薬です。新薬と比べて価格が安いケースが多く、上手に活用することで薬代が節約できます。かかりつけ薬局で相談してみてください。

**10月27日～  
11月9日は  
かなみ読書週間****おはなし会スペシャル**

少し長めのおはなしと簡単な工作をします。

**日時**／10月30日（土）14時～15時、

11月6日（土）14時～15時

※各回内容は異なります

**場所**／かなみ知恵の和館1階 多目的室**対象**／町内在住の小学6年生まで

（未就学児は保護者同伴）

**募集人数**／各回先着10組（30人まで）**申込み**／図書館カウンターまたは電話でお申し込みください。**その他**／当日はマスク着用、手指消毒、検温、問診票記入などの新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。**工作教室****「のびるカードでアート!!」**

ジャバラのカードを使って、オリジナルのアート作品を作ります。

**日時**／10月31日（日）14時～15時、

11月7日（日）10時～11時

**場所**／かなみ知恵の和館1階 多目的室**対象**／町内在住の4歳～小学6年生まで

（小学2年生までは保護者同伴）

**募集人数**／各回先着8組（24人まで）**持ち物**／はさみ・のり・色鉛筆・カラーペン**申込み**／図書館カウンターまたは電話でお申し込みください。**その他**／当日はマスク着用、手指消毒、検温、問診票記入などの新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。**読書の秋は  
図書館へ**

図書館では「かなみ読書週間」に併せて、さまざまなイベントを開催します。皆様のご来館をお待ちしています。

問合先／図書館 (979-8700)

**読み聞かせボランティア  
おすすめ絵本の貸し出し**

おはなし会ボランティアさんの選んだおすすめ本を3冊セットで貸し出します。

**期間**／10月23日（土）～なくなり次第終了**場所**／図書館1階**対象**／どなたでも**読書記録ビンゴ**

本を読んでビンゴを完成させたら、手作りのしおりなどをプレゼントします。

**期間**／10月23日（土）～11月14日（日）**配布場所**／図書館1階 カウンター**対象**／小学6年生までの子ども**しおり・ブックカバーの  
プレゼント**

読書週間のデザインのしおりとブックカバーをプレゼントします。

**期間**／10月23日（土）～11月14日（日）**配布場所**／図書館1階、2階**読書郵便 & 本の帯の展示**

町内の小学生が作成した読書郵便や、中学生が作成した本の帯を展示します。読書郵便とは、おすすめしたい本を郵便はがきの形式で紹介したものです。本の帯とは、表紙に巻く帯をデザインしたものです。

**期間**／10月23日（土）～11月25日（木）**場所**／図書館2階