

健康情報

＼ 重症化・合併症を防ぐために・・・ ／

带状疱疹予防接種助成が始まります

带状疱疹は、痒みや痛みを伴う水疱ができ、50歳代から70歳代をピークに罹患する人が増えますが、予防接種により、重症化や合併症を防ぐとされています。函館市では、住民登録のある50歳以上の方に予防接種の助成を開始します。詳しくは、対象の方への個別通知（5月中に送付）や市HPをご覧ください。なお、公費による接種の機会は生涯一度のみとなります。

■定期予防接種

▶助成後自己負担額

○乾燥弱毒生水痘ワクチン「ビケン」
5,060円

○乾燥組換え带状疱疹ワクチン「シングリックス」
1回 18,260円（2回接種が必要）

※市民税非課税世帯の方：無料（生活保護受給世帯：免除対象外）

▶対象者

- 今年度65歳を迎える方
- （今年度から5年間の経過措置）その年度内に70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方と、（今年度限り）101歳以上となる方
- 60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な方（個別通知は送付されませんので、希望される方はお問合せください。）

■任意予防接種

市では、壮年層のり患や合併症による就労・社会活動への影響を軽減するため、独自の助成制度を実施します。

▶助成後自己負担額

○定期予防接種と同額

※市民税非課税世帯の方：無料（生活保護受給世帯：免除対象外）

▶対象者

- R7.4.2～R8.4.1に50歳、55歳、60歳になる方
- ※R7年度から5年間の経過措置のため、接種を逃した方は、定期予防接種で接種することとなります。

お問合せ 保健予防課 ☎32-1540

HP



函館 带状疱疹予防接種

詳しくは▶

おでかけウェルネス

フレイル予防を目的に定期的に開催している健康増進・維持プログラム

申込不要

5 / 14 ①、21 ②、28 ③

いずれも11:00～12:00

場所…ベルクラシック函館 参加費…1回300円

▶内容：①歌楽ひろば～歌でいきいき楽しい時間を～、
②ドーミンリハ体操他、③脳トレ体操&座りながら体操他
お問合せ （一社）おでかけリハビリ推進協議会 ☎22-7981

R7 特定健診は6月に開始

対象者には5月下旬に無料受診券を送付します。日時・会場は本紙6月号折込の「けんしんのご案内」でお知らせします。
※国保に4/2以降加入手続きをした人は要問合せ

▶対象 国保加入者の今年度40歳になる方～74歳（40、45、50、55歳になる方には心機能・胃がんリスク・糖尿病性腎症のオプション検査無料券付き）、後期高齢者医療制度加入者

お問合せ 国保年金課 ☎32-2215

健康づくりプラットフォーム

はこだて健幸プロジェクト

今年度からは官民連携のプラットフォームとして、名称を「はこだて市民健幸大学」から改め、さらなる市民の皆様の健康寿命延伸のため、健康づくりの取り組みを推進していきます。

HP



【事業内容】

- ・はこだて健幸アプリ～Hakobit～の普及・啓発
- ・健康づくりイベント「はこだて市民健幸大学」の開催
- ・公式HP「はこだて健幸ナビ」等を活用した健康情報の発信

お問合せ 健康増進課 ☎85-6561

5/1 ①スタート！ 100万歩チャレンジ

～目指せ！5カ月間で100万歩!!～

はこだて健幸アプリ～Hakobit～を活用したウォーキングイベント『100万歩チャレンジ』を5/1 ①にスタートします。

▶開催期間：5/1 ①～9/30 ④

お問合せ 健康増進課 ☎85-6561