

子どものインフルエンザ予防接種費用助成

今年度より経鼻弱毒生ワクチンの助成額を変更しました。

期 間 令和7年10月1日(水)～令和8年1月31日(土)まで

対象者 接種日において、生後6か月から高校3年生などまで(18歳に到達する日以降最初の3月31日まで)の小矢部市民

助成額など (どちらか一方のワクチンのみ助成可能です。)

種 類	助 成 対 象	助 成 回 数	助 成 額
不活化ワクチン(皮下注射)	生後6か月～満12歳	2回	3,000円/回
	満13歳～高校3年生など	1回	
経鼻弱毒生ワクチン※(鼻腔内噴霧)	満2歳～高校3年生など	1回	5,000円/回

※医療機関によっては取り扱いがない場合があるため、接種を希望する場合は医療機関に確認してください。

持ち物 ・インフルエンザ予防接種助成券※

・医療費受給資格証

・母子健康手帳

※助成券は9月下旬に下記の方法により配布予定です。

・未就園児…市ホームページからダウンロード

・市内の園、小中学校に通園、通学するお子さん…園、学校を通じて配布

・市外の園、小中学校に通園、通学するお子さん、高校生年代…個別に送付

実施場所

・8ページの市内協力医療機関および県内協力医療機関にて接種できます。

詳しくは、市ホームページ(No.1002660)をご覧ください。

・事前に医療機関にお問い合わせください。

問い合わせ 子ども家庭課 ☎(67)8603



健康づくりは朝食を食べることから!!

やっぱりしっかり朝ごはん

通信No.5



～おやべ朝食レボリューション～

カラーで見られます



朝レボ
ホームページ

「朝食で元気モリモリ」コーナー

今月は、30代子育て中のママ A子 さんの
朝ごはんをご紹介します。



食欲がなく、
高校生の頃から朝食を
食べていません。

管理栄養士の コメント

子育てに忙しい中、週1、2
回はお子さんと朝食を食べ
るようになったことは大きな
一歩です。

朝食には「睡眠リズムを
整える」「肥満を防止する」
などA子さんの
身体を守るたく
さんの役割があ
ります。



朝ごはんの内容

- ・基本、何も食べない
- ・週に1、2回はバナナや
ヨーグルトを食べる



A子さんの朝ごはんは「朝食ステップアップ」の
「朝何も食べない」です。



☆【朝何も食べない】人へ☆

- ・食欲がない人は、まずはコップ1杯の水や白湯を飲んで胃腸を動かしましょう。
- ・時間に余裕がない人は、おにぎりやパン、ヨーグルトやチーズなど手軽に食べられるものを用意したり、前日の食事を取り分けておくと調理時間が短縮できます。
- ・朝ごはんを食べると睡眠中に消耗したエネルギーや栄養素を補給できます。生活時間を見直し、「早寝・早起き・朝ごはん」をめざしましょう。

次回の「やっぱりしっかり朝ごはん～おやべ朝食レボリューション」は11月を予定しています!!

問い合わせ 健康福祉課 ☎(67) 8605