

## 新型コロナウイルスワクチン接種



## 令和5年春開始接種

今まではオミクロン株対応2価ワクチンは1回接種のみでしたが、5月8日から2回目の接種が可能となります。

**実施期間** 5月8日(月)～8月31日(木)

**会場** ▷5～6月…福祉センター

▷8月まで…医療機関(実施医療機関は市ホームページ参照)

**対象・接種券発送時期** 右表参照

**使用するワクチン** オミクロン株対応2価ワクチン(1人1回)

問 市コールセンター ☎0120-840-085

対象者(1・2回目接種終了者で前回接種から3か月以上経過した下記の方)	接種券発送時期等
65歳以上の方	順次発送予定
基礎疾患のある方、医師が必要と認めた方	4回目接種の際に申請済みの方は、準備でき次第発送。 ※市に申請されていない方は、ホームページから新規で申請が必要です。
医療従事者、高齢者施設従事者等	

## 令和4年秋開始接種

初回接種(1・2回目)を完了した方を対象とした1回目のオミクロン株対応2価ワクチンの接種期限は、5月7日までです。

まだ接種を終えていない方で接種を希望される方は、5月7日までの接種を検討してください。

※5歳～11歳の方は、8月まで接種できます。

## その他

▷9月以降に5歳以上の方を対象に、追加で1回の接種を予定しています。

▷初回接種(1・2回目)および6か月～4歳の方の接種は通年で実施します。

▷市コールセンターの問い合わせ受付時間が月～金曜日の午前9時～午後5時に変更になりました。



## 健康コラム100

## ビタミンDを見直しませんか？

二俣尾診療所院長 馬場 潤

「ビタミン」とはよく聞く言葉と思いますが、ビタミンにはビタミンA・B・C・D・E・K等、13種類ほどあります。

これらのほとんどは、自分の体内で作ることができない必須な栄養成分です。ただし「ビタミンD」だけは例外で、日光浴で紫外線を浴びることにより自分の体内で作ることができます。

ビタミンD不足によりかかる病気で「くる病」は有名です。その他にも、ビタミンD不足が関連していると考えられる病気は多岐にわたる事が分かってきました。がん、心臓病、脳卒中、認知症、高血圧症、1・2型糖尿病、骨粗しょう症、花粉症、アトピー性皮膚炎、関節リウマチ、かぜ、インフルエンザ、うつ病等です。

紫外線から身体を守ることが一般的になり、現代人はビタミンD不足に陥っていると言えます。ビタミンDは、適度な日光浴、魚料理を中心とした食事、さらには、サプリメントから摂ることもできます。

日光から遠ざかって生活している方たちは、ビタミンDに興味を持ち、健康維持に役立ててみるのはいかがでしょうか。

問 健康センター ☎23-2191

## 骨密度検診を実施します

問 健康センター ☎23-2191



**日程** 6月30日(金)、7月18日(火)、30日(日)、8月7日(月)、19日(土)

**会場** 健康センター

**対象** 令和6年4月1日時点で18歳以上の女性市民で以下に該当しない方

▷骨粗しょう症と診断を受け現在治療中の方および経過観察中の方▷妊娠中もしくは妊娠の可能性のある方▷自力で階段の上り下りが困難な方

**内容** ①DXA法(エックス線)による骨量測定②骨粗しょう症についての相談

**費用** 200円(当日支払い)

※生活保護受給者は免除制度がありますので、受診日に受給証明書をお持ちください。

**申し込み** 5月16日(必着)までに次のいずれかの方法で

▷直接…健康センターへ

▷電子申請…2次元コードから

▷郵送…記入例(右図)のとおりにて198-0042東

青梅1-174-1健康センター骨密度検診担当へ

※時間の指定不可

※受診票は6月下旬に送付予定

骨密度検診希望	
希望なし	
第1希望	○月○日
第2希望	○月○日
住所	
氏名(ふりがな)	
生年月日(和暦)	
電話番号	

## 子育て・教育

## ゴックンクラス

## 離乳食教室・初期



**日時** 5月23日(火) 午前10時～11時10分

**会場** 健康センター 3階

**対象** 4～5か月児の保護者

**内容** 離乳食の始め方・作り方(試食なし)、お口の手入れ

**定員** 先着10組(予約制)

**申し込み** こども家庭センター ☎23-2191

## 特別児童扶養手当等の手当額が改定されました

問 障がい者福祉課庶務係

令和5年4月から、5年度の特別児童扶養手当、特別障害者手当等の手当額が改定されました。

手当の種類	改定前	改定後	
特別児童扶養手当	1級	52,400円	53,700円
	2級	34,900円	35,760円
特別障害者手当		27,300円	27,980円
障害児福祉手当		14,850円	15,220円
福祉手当(経過措置分)		14,850円	15,220円

## 令和5年度青梅市教育委員会教育施策を策定しました



問 教育総務課庶務係

市教育委員会では、「青梅市教育委員会の教育目標」を定め、教育目標を達成するため「青梅市教育委員会の基本方針」を定めています。

この教育施策は、青梅市総合長期計画の考え方を踏まえ、教育分野における主な教育施策を取りまとめたものです。

## 令和5年度主な教育施策

<新規・拡充事業>

◇医療的ケア児およびその家族に対する支援の充実

◇小・中学校屋内運動場等空調機整備の実施

現況届は必要な方へ6月に送付予定です

## 児童・育成手当の申請～6月は所得の見直し月～

問 こども育成課手当・医療係

◇新たに申請する方は5月31日までに提出を

所得制限(2次元コード参照)を越えていたため、児童手当・育成手当を受けていなかった方で、新たに受給資格に該当すると思われる方は、申請してください。

※手当は申請した日の翌月分から支給されます。申請が遅れると、遅れた月分の手当は受けられません

※申請に必要な要件、提出書類などはお問い合わせください。



△児童手当



△児童育成手当