

小児インフルエンザ予防接種の 助成申請は3月31日までです！



町では、次のとおり中学校3年生以下の方にインフルエンザ予防接種費用の一部助成をしています。接種された方は申請をお願いします。郵送での申請も可能ですので、ホームページをご覧ください。

■対象者

接種日当日に広野町に住民登録があり、令和7年10月1日～令和8年2月28日までに接種した方

■回数

接種日に13歳～中学3年生以下の方 1回
接種日に生後6か月～13歳未満の方 2回

■助成金額

1回3,000円を上限とします。

■申請の方法

右の書類を持参し、役場こども家庭課にて申請をしてください。

①申請書（こども家庭課窓口またはホームページに掲載しています。）

②領収書の原本（氏名、予防接種の種類、接種年月日記載のもの）

※紛失した場合は接種した医療機関にご相談ください。領収書がない場合、助成できませんのでご了承ください。

③インフルエンザ予防接種を受けたことが確認できるもの（母子健康手帳の写しなど）

④振込先口座のわかるもの

■申請期限 令和8年3月31日（火）

■申請窓口・問い合わせ先

広野町 こども家庭課 ☎0240-27-2115

ひろの健康ポイントカードの提出期限は3月25日までです！

令和7年度ひろの健康ポイントカードの実施期間は令和8年3月15日までで、賞品交換のためのカードの提出期限は3月25日（水）となっています。ポイントを貯めた方は、忘れずに提出してください。また、令和8年度のポイントカードは4月から配布予定です。

問 広野町 保健センター ☎0240-27-3040



ふくしま健民アプリ、ふくしま健民カード終了のお知らせ

令和8年4月より、食事管理機能などを搭載した「ふくしま健民アプリ」が発表されます。そのため、現在ご利用いただいております「ふくしま健民アプリ」と保健センターで発行していた「ふくしま健民カード」は、3月31日（火）をもちまして、サービスを終了します。新アプリの詳細につきましては準備が整い次第、改めてお知らせいたします。

問 「ふくしま健民カード」事務局 ☎024-927-0021





東日本大震災から15年 ～心身の変調と正しい理解について～

ふくしま心のケアセンター避難地域支援センター

この時期、心とからだに起こりやすいこと

今年には震災から15年という節目です。この時期は震災を思い出させるきっかけや刺激が多くなりますので、それまで心の中でそっとなまわっていた記憶や気持ちが顔を出しやすくなります。そのような心の動きによって、からだや気持ちに変化がでる場合があります。



起こりやすい変化の例

- いつもより眠りが浅い／途中で目が覚める回数が増える
- いつもよりイライラしやすい、涙もろくなる
- 震災や災害のニュース、話題に触れると苦しくなる、当時のことが急に浮かぶ
- 疲れやすい、ぼーっとしてしまう、意欲がわからない

これらにあてはまるからといって「おかしい」ということではなく、まずは「起こりうる自然な反応」として捉えてみてください。そして、セルフケアが大切です。

セルフケアのワンポイント

- つらいニュースや話題には自分から触れない、いったん距離を置く
- いつもの生活リズム（食事・睡眠）を大きく崩さない／からだを温める
- 信頼できる人に、短い言葉でもよいので気持ちや考えを話す

多くの場合は、この時期を過ぎると心も落ち着きを取り戻し、心身の変化も少しずつおさまっていきます。しかし、時間が過ぎてもおさまらない、生活に影響が出始めた、今の状態を確認したいということがあれば、どうぞご相談ください。ご自身に起きていることを一緒に整理しながら、改善の方法を考えていきましょう。

■ 相談窓口 ふくしま心のケアセンター 避難地域支援センター ☎0240-23-5109

双葉郡広野町大字下浅見川字広長44-3 広野みらいオフィス3階

※ご相談内容の秘密は守られます。匿名でのご相談も可能です。

※「受診が必要かどうか分からない」「話すほどでもないかも」ということでも安心してお話しください。