

特に記載がない場合の受付時間は土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前8時30分～午後5時です。申込みの記載がない場合は直接会場へ。費用の記載がない場合は無料です。

定期予防接種が一部変わります  
(四種混合、子宮頸がん)

4月1日(土)から、次の定期予防接種が一部変わります。

四種混合

接種対象年齢が「生後3か月以上」から「生後2か月以上」に拡大

子宮頸がん

①使用できるワクチンに「シルガード9(9価)」が加わる(キャッチアップ接種でも使用可能)

②平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ的女性が、キャッチアップ接種の対象者に加わる(令和6年度まで)

問合せ 子育て相談課母子保健・相談係(保健センター内) ☎ 697

子宮頸がん予防接種を  
自費で受けた方に一部助成

子宮頸がん予防接種費用の償還払いについて、令和5年度も受け付けます。申請がまだの方は早めに申請してください。

対象 次のすべてに該当する方

①令和4年4月1日時点で市内に住民票がある方

②平成9年4月2日～平成17年4月1

日に生まれた女性

③助成金を受ける回数分のキャッチアップ接種を受けていない方

④令和4年3月31日までに、国内で自費による子宮頸がん予防接種を受けた方

対象となるワクチン サーバリックス(2価)またはガーダシル(4価)

助成額 医療機関に支払った接種費用と、申請日の属する年度の羽村市契約単価のいずれか少ない額(最大3回接種分まで)

※必要書類など、詳しくは問い合わせてください。

申込み・問合せ 令和6年3月29日(金)までに、必要書類を、郵送または直接、子育て相談課母子保健・相談係 ☎ 697へ

宛 先 〒205-0003 羽村市緑ヶ丘5-5-2 羽村市子育て相談課母子保健・相談係



フレイル予防

初めてでも安心、サポートばっちり！  
おうちでできる  
オンラインフレイル予防体操教室

スマホやパソコンを使って、自宅でのフレイル予防体操に参加できます。新たなチャレンジでフレイルを予防しませんか。

フレイル予防体操教室

回数	期 日	会 場 (形式)
1	5月11日(木)	講座室1(集合)
2	5月18日(木)	
3	5月25日(木)	参加者自宅(オンライン)
4	6月1日(木)	
5	6月8日(木)	
6	6月15日(木)	
7	6月22日(木)	
8	6月29日(木)	講座室1(集合)

※講座室1はプリモホールゆとろぎです。

時 間 各日午前10時～11時30分

対 象 市内在住のおおむね65歳以上で、1人で安全に運動ができる方

定 員 10人(申込順)

※通信料等は参加者負担です。

※持ち物、詳しい内容などは問い合わせてください。

※動きやすい服装でお越しください。

いこいの里でもはじめます！  
フレイル予防体操教室

申込み・問合せ 4月3日(月)～5月10日(水)に、電話、Eメール、または直接、高齢福祉介護課介護予防・地域支援係 ☎ 197へ  
☎ s30420@city.hamura.tokyo.jp  
※Eメールで申し込むときは、件名に「おうちでできるオンライン体操申込」、本文に「住所、氏名、年齢、連絡先の電話番号」を記入してください。

フレイル予防体操教室のうち、「ベーシック体操教室」と「筋トレマシ教室」は、4月から、じゅらく苑だけでなくいこいの里でも参加できます(日時などは下表をご覧ください)。

対 象 市内在住のおおむね65歳以上の方

※持ち物、詳しい内容などは問い合わせてください。

申込み・問合せ 高齢福祉介護課介護予防・地域支援係 ☎ 197

☎ s30420@city.hamura.tokyo.jp

※Eメールで申し込むときは、件名に「筋トレマシ教室申込み」または「オンライン体操教室申込み」、本文に「住所、氏名、年齢、連絡先の電話番号」を記入してください。

羽村市出産・子育て応援事業 ～相談支援・経済的支援を一体的に行います～

妊娠中から出産・子育て期まで安心して過ごせるように、伴走型相談支援、経済的支援を一体的に行います。

対 象 市内に住民票があり、次のいずれかに当てはまる方

○令和4年4月1日以降に妊娠届を提出した方

○令和4年4月1日以降に生まれたお子さんを養育している方

内 容

1. 伴走型相談支援

①妊娠届出時 ②妊娠8か月前後  
③乳児家庭全戸訪問時 のタイミングで、保健師・助産師による面接を行います。  
※②についてはアンケートを送付し、希望者のみ面接を行います。

2. 経済的支援

妊娠届出時(妊婦1人あたり5万円相当)および乳児家庭全戸訪問時(子ども1人あたり5万円相当)の2回に分け、保健師などの面接を受けた方に対し、ギフトカードを支給  
※事業開始前に出産した方には、10万円分を一括で支給します。

アンケートとギフトの申請書を送付します

対象者に個別に送付します。対象と思われるのにアンケートが届かない場合などは、問い合わせください。

※羽村市に転入した方で、転入前の自治体で同様のサービス(経済的支援)を受けた場合は羽村市の経済的支援を受けることはできません(出産・子育て応援事業は国の交付金事業のため)。

問合せ 子育て相談課母子保健・相談係(保健センター内) ☎ 697

フレイル予防体操教室

教室名・内容	実施曜日 (4月の実施日)	時 間	会 場	定 員 (申込方法)
ベーシック体操教室 ストレッチ体操やスロー筋トレ、口腔機能向上体操など、フレイル予防の全般的な内容を行います。	第1木 (4月6日)	午前9時30分～ 11時30分	いこいの里	30人 (当日 先着順)
	第3火 (4月18日)		じゅらく苑	
筋トレマシ教室 4台の筋トレマシで、腕や背中、足の筋肉の強化を図ります。初めての方には講師が付きます。	第2水 (4月12日)	①午前9時30分～ 10時30分 ②午前10時30分～ 11時30分	じゅらく苑	各回10人 (電話、Eメール、 窓口で 申込順。 各月1日から 受け付け)
	第4火 (4月25日)	①午後1時30分～ 2時30分 ②午後2時30分～ 3時30分	いこいの里	
オンライン体操教室※ スマホやパソコンを使って、フレイル予防体操教室を行います。講師によるライブ配信で、自宅にしながらフレイル予防に取り組むことができます。	第4月 (4月24日)	午前10時～11時 30分	Zoom (オンライン)	各回 30人 (Eメールで 申込順)

※オンライン体操教室は、自宅からオンラインのみの参加となります。オンラインでの参加が初めての方や不安がある方は、上記の「サポートばっちり！おうちでできるオンラインフレイル予防体操教室」への参加をお勧めします。