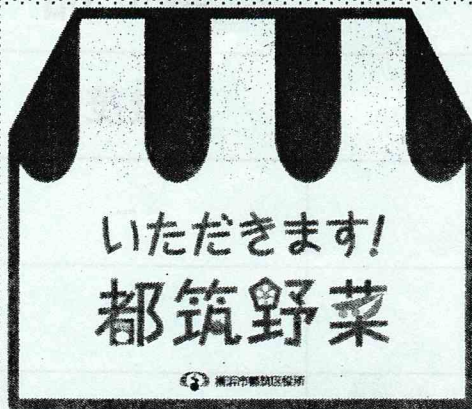


都筑野菜



朝市

「都筑野菜」は、**新鮮でおいしい野菜**であると同時に
身近で消費することで輸送に伴うCO₂が抑えられる**環境にやさしい野菜**です。
朝市を利用して地産地消を進めましょう!

<令和3年度下半期開催予定>

日時 毎月**第2・4火曜日/第4土曜日** 9:30～正午

※令和3年度より開催の曜日が変更となりました。

※ただし、売切れ次第終了

※天候影響等により、農作物の品薄や予告なしに中止する場合があります。

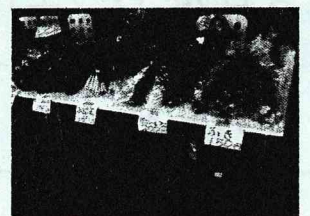
月	第2火曜日	第4火曜日	第4土曜日
10	10月12日(火)	10月26日(火)	10月23日(土)
11	11月9日(火)	お休み	11月27日(土)
12	12月14日(火)	お休み	お休み
R4.1	1月11日(火)	1月25日(火)	1月22日(土)
R4.2	2月8日(火)	2月22日(火)	2月26日(土)
R4.3	3月8日(火)	3月22日(火)	3月26日(土)

場所

都筑区総合庁舎駐車場横 通路

※令和3年度より開催場所が変更となりました。

(市営地下鉄「センター南」駅下車 徒歩約6分)



お買い物の際は、マイバッグをお持ちください

＜出店農家一覧＞

開催日	出店農家	販売品
10月12日（火）	都筑ふれあい朝市	織茂
10月23日（土）	アーツファクトリー	-
10月26日（火）	都筑ふれあい朝市	-
11月9日（火）	都筑ふれあい朝市	織茂
11月23日（火）	お休み	
11月27日（土）	アーツファクトリー	-
12月14日（火）	都筑ふれあい朝市	織茂
12月25日（土）	お休み	
12月28日（火）	お休み	
1月11日（火）	都筑ふれあい朝市	織茂
1月22日（土）	アーツファクトリー	-
1月25日（火）	マルイファーム	-
2月8日（火）	マルイファーム	織茂
2月22日（火）	マルイファーム	-
2月26日（土）	アーツファクトリー	-
3月8日（火）	マルイファーム	織茂
3月22日（火）	マルイファーム	-
3月26日（土）	アーツファクトリー	-

※天候影響等により、予告なしに、農作物の品薄や中止する場合、出店農家が変更になる場合があります。

シニア楽農園1日体験参加者募集

「シニア楽農園」は、都筑区役所との協働事業として、仲間づくりと健康づくりを目的に、野菜づくりに取り組んでいます！モットーは“明るく 楽しく 元気よく”！この機会に野菜づくりを経験してみませんか？初心者や女性の方も大歓迎です！



	開催日	申込期限
第1回	10月25日（月）・28日（木）・29日（金） いずれか1日をお選びください。	10月18日（月）
第2回	11月22日（月）・25日（木）・26日（金） いずれか1日をお選びください。	11月15日（月）

※ 第1回にお申込みされた方が第2回にお申込みいただくことも可能です。ただし、参加希望者が多数となった場合は、第2回のみお申込みされる方を優先させていただきます。ご了承ください。

※ 雨天の場合は翌週の同じ曜日に順延となります。（例：10月25日（月）が雨天の場合、11月1日（月）に順延。

【1日体験の概要】

体験時間：午前9時～11時

体験内容：土づくり、種まき、収穫等

場 所：「シニア楽農園」の畑（東方（ひがしかた）公園より徒歩約3分）
市営地下鉄グリーンライン 都筑ふれあいの丘駅より徒歩約10分

参加資格：区内在住の60歳以上の方（定員：各日先着5名程度）

参加費：無料（採れたての野菜を持ち帰りいただきます）

服 装：汚れても良い服装、長靴

持ち物：マスク・飲料、手袋、タオル、帽子、手提げ袋（リュック）

《申込方法》

シニア楽農園ホームページの「お知らせ」にある
申込フォームからお申込みください。

<http://senior-rakunouen.sakura.ne.jp/index.html>

※ホームページからのお申込みが困難な場合は、都筑区役所区政推進課（045-948-2226）までご連絡ください。



HPはこちら



#都筑音頭
#ニュータウン音頭

おうちで
踊ろう♪

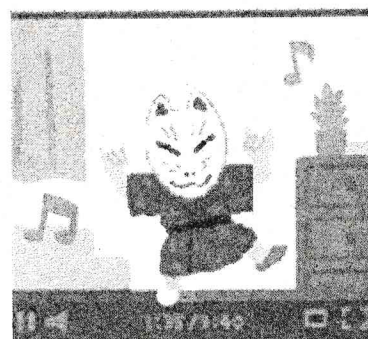
残念ながら都筑区民まつりは中止ですが…
おうちで区民まつりを楽しんでプレゼントをもらおう！

応募方法

- ・募集期間は、2022（令和4）年2月28日（月）23時59分までです
- ・毎月抽選で、区民まつりに関連するプレゼントが当たります

- ① お手本動画を参考に「都筑音頭」や「ニュータウン音頭」を踊っているところを撮影します。

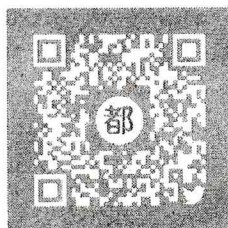
完璧に美しく踊るのもよし、アレンジを加えてユニークに踊り上げるのもよし、
楽しく自由に踊ろう！



- ② 対応の SNS から応募してください。

Twitter、Instagram、Tik Tok の公式アカウント
『@tsuzukiondouchi』をフォローして、
「#都筑音頭」又は「#ニュータウン音頭」を付けて
投稿してください。

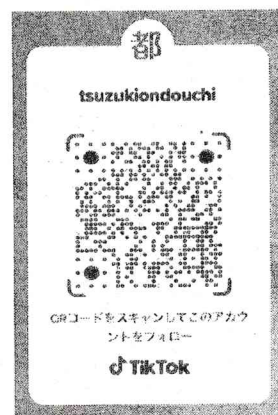
みんなでシェアして、
区民まつりでつながろう！



Twitter



Instagram



Tik Tok

※ 三密を避けるなどの感染症対策をして撮影してください。

※ 企画、プレゼントの詳細は、都筑区民まつりホームページをご覧ください。

都筑区民まつり

検索



主催：都筑区ふるさとづくり委員会（事務局：都筑区役所地域振興課）

都筑区民まつり 特製

ポストカードで

メッセージを送ろう!

残念ながら都筑区民まつりは中止ですが...

おうちで区民まつりを楽しんでプレゼントをもらおう!

応募方法

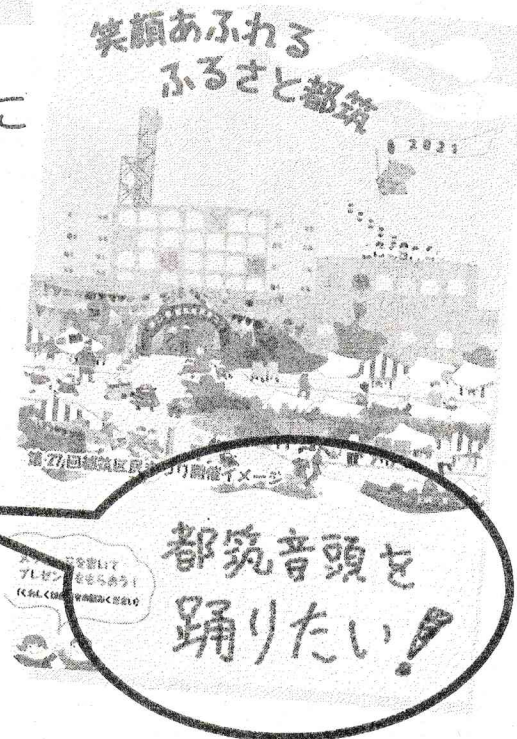
- ・募集期間は、2022（令和4）年2月28日（月）まで（消印有効）です
- ・毎月抽選で、区民まつりに関連するプレゼントが当たります

① 区内各施設で配布している「都筑区民まつり特製ポストカード」にメッセージを書きます。

「笑顔あふれる ふるさと都筑」をテーマに

- 区民まつりの思い出
- 都筑区の好きなところ
- 医療従事者の方へのエール 等、

自由なメッセージを書いてください。



② ポストに投函して応募します。

切手は貼らずに、そのまま郵便ポストに投函してください。メッセージは、都筑区民まつりHPや区役所等で展示される場合があります。

※ 企画、プレゼントの詳細は、都筑区民まつりホームページをご覧ください。

都筑区民まつり

検索



主催：都筑区ふるさとづくり委員会（事務局：都筑区役所地域振興課）

令和3年度 高齢者インフルエンザ予防接種のご案内

【実施期間：令和3年10月1日～令和3年12月31日】

インフルエンザについて	インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。また、普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。高齢者や免疫力の低下している方では肺炎等を併発し、重症になることがあります。
1 対象者	横浜市内に住民登録があり、 接種日現在で次の(1)(2)のいずれかに該当する方 (1) 65歳以上の方 (2) 60歳以上65歳未満の方で、以下のいずれかに1級相当の障害のある方 心臓、じん臓、呼吸器の機能、又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害
2 実施期間	令和3年10月1日から令和3年12月31日まで ※「横浜市高齢者インフルエンザ予防接種協力医療機関」の休診日を除く。
3 接種場所	横浜市高齢者インフルエンザ予防接種協力医療機関（以下「協力医療機関」） 【ご注意】◆協力医療機関以外での接種は、この事業の対象とはなりません。 ◆接種日時は協力医療機関によって異なりますので、必ず事前に電話などで確認してください。（予約が必要な場合もあります。） ◆協力医療機関名簿は、横浜市健康福祉局のホームページで確認してください。 → 横浜市 高齢者インフル 検索
4 接種費用	2,300円 ◆ご本人を含む同じ世帯にいる方全員が市民税非課税の方などは、所定の書類をご用意していただくことにより、無料で接種を受けることができます。詳細は3ページを参照してください。 ※ 支払い後の接種費用の払い戻しはできません。 ・実施期間を過ぎると2,300円又は無料で接種を受けることができなくなりますのでご注意ください。
5 接種に必要なもの	住所・氏名・年齢を確認できるもの（運転免許証や健康保険証など） < 1 対象者(2)に該当する方は、身体障害者手帳や診断書で障害の程度も確認します。 >
6 接種回数	1回 （2回接種した場合、2回目は全額自己負担となります。）
7 問い合わせ	横浜市予防接種コールセンター （午前9時～午後5時（土日・祝日、年末年始を除く）） 電話：045-330-8561 FAX：045-664-7296

※※新型コロナワクチンとの接種間隔※※

原則として、新型コロナワクチンとそれ以外のワクチンは、同時に接種できません。新型コロナワクチンとその他のワクチンは、互いに、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます。（7月7日時点 厚生労働省ホームページ「新型コロナワクチンQ&A」より）

1 インフルエンザ予防接種の有効性

インフルエンザ予防接種は、高齢者の発病防止や特に重症化防止に有効であることが確認されています。予防接種後、免疫がつくまでに2週間程度かかります。ワクチンの免疫効果は約5か月といわれており、流行前の12月上旬までに接種を受けておくと効果的です。

インフルエンザウイルスは毎年変化しながら流行するため、ウイルスの流行を予測してワクチンを製造しています。一般的には、65歳以上の方は毎年1回の接種で効果があります。

2 予防接種を受ける前に ～必ずお読みください～

(1) 一般的な注意事項

ア インフルエンザ予防接種は、ご本人が接種を希望する場合に接種を行いますので、有効性や副反応等を十分に理解した上で接種を受けてください。

イ 認知症状等があつて、最終的にご本人の意思確認ができなかった場合には、本市の費用助成による接種を受けることはできません。

ウ 市外の医療機関での接種を希望する場合は、予防接種健康被害救済制度の適用を受けるにあたり、接種前に横浜市が発行する「予防接種実施依頼書」の申請が必要になります。詳細については、お住まいの区の福祉保健課にお尋ねください。ただし、接種費用は全額自己負担となります。

(2) 予防接種を受けることができない方

ア 明らかな発熱（37.5度以上）を呈している方

イ 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな方

ウ インフルエンザワクチンの接種液の成分によって、アナフィラキシーショック^(※)を起こしたことがある方（※アナフィラキシーショック：通常、接種後約30分以内に起こる激しいアレルギー反応のこと）

エ その他、医師が不適当な状態と判断した方

(3) 予防接種を受ける際に、担当医師とよく相談しなくてはならない方

ア 心臓血管系疾患、じん臓疾患、肝臓疾患、血液疾患等の基礎疾患のある方

イ これまでにインフルエンザ予防接種で、接種後2日以内に発熱のみられた方及び全身性発しんなどのアレルギーを疑う症状を呈したことがある方

ウ 過去にけいれんの既往のある方

エ 過去に免疫不全と診断されている方及び近親者に先天性免疫不全症の方がいる方

オ 間質性肺炎、気管支喘息等の呼吸器系疾患のある方

カ インフルエンザワクチンの成分又は鶏卵、鶏肉、その他鶏由来のものに対してアレルギーを呈する恐れのある方

(4) 予防接種を受けた後の一般的な注意事項

ア 接種後30分間は急な副反応が起こることがあるため、医師とすぐに連絡を取れるようにしておきましょう。

イ インフルエンザワクチンの副反応は24時間以内に多く出現するため、この間は体調に注意しましょう。

ウ 入浴は差し支えありませんが、注射した部位を強くこすることはやめましょう。

エ 接種当日は激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

3 インフルエンザ予防接種の副反応

接種部位の発赤、腫脹、疼痛などが主な副反応です。全身反応として、発熱、悪寒、頭痛、倦怠感、関節痛、筋肉痛などがありますが、通常2～3日中に消失します。過敏症としてまれに発疹、じんましん、湿疹、紅斑、多形紅斑、そう痒感などがあります。

また、ごくまれにアナフィラキシー様症状、急性散在性脳脊髄炎（ADEM）、ギラン・バレー症候群、けいれん（熱性けいれんを含む）、肝機能障害、喘息発作などの報告があります。接種後、上記のような症状が現れたら医師の診察を受けてください。その他、分からないことがある場合は各区福祉保健課にお問い合わせください。

4 予防接種健康被害救済制度について

予防接種の副反応により、医療機関での治療が必要になる、生活に支障が出るような障害を残すなどの健康被害が生じた場合には、予防接種法に基づく補償を受けることができます。予防接種による健康被害が生じた場合には、各区福祉保健課にお問い合わせください。

5 接種費用の免除について

～免除対象者であることを確認できる書類が必要です～

ア～ウいずれかの条件に該当する方は、下記①～⑧のいずれかの書類 1 点を協力医療機関へ提出することにより接種費用（2,300 円）が免除されます。

対象となる方		必要な書類
ア	ご本人を含む世帯全員が非課税世帯の方	① 「介護保険料額決定通知書」のコピー (65 歳以上の方に毎年 6 月下旬に送付されます。)
		② 「介護保険料額通知書」のコピー (①送付以降に 65 歳になる方は、誕生日以降(1 か月程度)に送付されます。)
		③ 「介護保険負担限度額認定証」のコピー (認定内容が利用者負担第 1 段階～第 3 段階の方が対象です。)
		④ 「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」のコピー
イ	生活保護を受けている方	⑤ 「休日・夜間等診療依頼証」のコピー
		⑥ 「生活保護費支給証」のコピー
		⑦ 「生活保護受給証明書」(原本に限る)
ウ	中国残留邦人等で、支援給付を受けている方	⑧ 「本人確認証」のコピー
【ご注意】①②⑤⑥については令和 3 年度(2021 年度)のもの、③については適用期間が令和 3 年 8 月 1 日以降のもの、④については発効期日が令和 3 年 8 月 1 日以降のものをご注意ください。		

※ア～ウの条件に該当するが、①～⑧の書類がお手元にない場合

「高齢者インフルエンザ予防接種自己負担免除対象者確認書」入手に必要な手続き

- ・手続きは代理の方でも可能です。(代理の方が郵送で申請する場合、本人の委任状及び接種を受ける方の本人確認書類のコピーを同封してください。)
- ・2021 年 1 月 1 日時点で、本人含む世帯員の中で横浜市外在住の方がいる場合は、手続き内容が変わります。詳しくは区福祉保健課までお問い合わせください。

	区役所窓口での申請	郵送での申請
申請先	区福祉保健課(健康づくり係)	健康福祉局健康安全課
受付期間	10 月 1 日(金)～12 月 28 日(火) (※土・日・祝日を除く)	10 月 1 日(金)～12 月 10 日(金) (※12 月 10 日までの消印有効)
手続方法	申請手続きには、接種を受ける方の健康保険証、運転免許証など住所・氏名・年齢を確認できるものが必要になります(代理申請を含む)ので、ご持参ください。60 歳以上 65 歳未満の方は身体障害者手帳や診断書を確認させていただきます。 (被接種者の同一世帯員以外の方が代理で申請する場合、代理の方の本人確認ができるもの及び接種を受ける方の印かん又は委任状をお持ちください。)	① 横浜市健康福祉局ホームページより専用の様式を印刷して、必要事項を記入します。または、便せんなどの用紙に、「 <u>高齢者インフルエンザ予防接種自己負担免除申請</u> 」及び「 <u>自己負担免除の確認となる対象者及びその属する世帯員の市・県民税の課税状況等について調査することに同意します</u> 」と明記し、接種を受ける方の住所、氏名(フリガナ)、生年月日、年齢、電話番号を記入します。 ② <u>返信用の封筒</u> を用意し、住所・氏名・郵便番号を記入し、 <u>84 円切手を貼付</u> します。(高齢者施設等入所者分の一括申請の場合は、郵送料相当の切手を貼付します。) ④ 上記①②を封筒に入れ、横浜市健康福祉局健康安全課(住所は裏面下部)に送付します。
発行までの期間	原則として申請当日	10 日～2 週間程度

予防接種に関するご質問にお答えします。お気軽にご相談ください。

横浜市予防接種コールセンター

電話：045-330-8561

FAX：045-664-7296

午前9時～午後5時(土日・祝日、年末年始除く)

■各区福祉保健課 健康づくり係

開庁日：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

受付時間：8:45～17:00（窓口） / 8:45～17:15（電話）

青 葉	☎ 978-2438	FAX 978-2419	瀬 谷	☎ 367-5744	FAX 365-5718
旭	☎ 954-6146	FAX 953-7713	都 筑	☎ 948-2350	FAX 948-2354
泉	☎ 800-2445	FAX 800-2516	鶴 見	☎ 510-1832	FAX 510-1792
磯 子	☎ 750-2445	FAX 750-2547	戸 塚	☎ 866-8426	FAX 865-3963
神 奈 川	☎ 411-7138	FAX 316-7877	中	☎ 224-8332	FAX 224-8157
金 沢	☎ 788-7840	FAX 784-4600	西	☎ 320-8439	FAX 324-3703
港 南	☎ 847-8438	FAX 846-5981	保土ヶ谷	☎ 334-6345	FAX 333-6309
港 北	☎ 540-2362	FAX 540-2368	緑	☎ 930-2357	FAX 930-2355
栄	☎ 894-6964	FAX 895-1759	南	☎ 341-1185	FAX 341-1189

■横浜市健康福祉局ホームページ

URL： <https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/kenko-iryo/yobosesshu/yobosesshu/koureiinflu.html>

または

横浜市保健所 高齢者インフル

検索

◆インフルエンザの予防のために◆ ～普段から日常生活にも気を配ることが有効です～
インフルエンザは、咳やくしゃみを介して感染します。手洗いをはじめ、次のようなことにも注意して、普段からインフルエンザの予防を心掛けましょう。

- 人混みや繁華街への外出を控える …乾燥状態になりやすい冬場はウイルスに接触する機会が多くなります。
- マスクの着用と「咳エチケット」の実践…症状がなくてもマスクを着用しましょう。
- こまめな手洗い …食事前、帰宅後はせっけんで手を洗いましょう。
- 十分な睡眠とバランスのよい食事 …よい健康状態を保ち、免疫力低下を防ぎましょう。
- 適度な湿度（50～60％）を保つ …のどの粘膜の防衛機能低下を防ぎましょう。

インフルエンザにかかるリスクを下げるためにも、早めに予防接種を受けましょう。

2021年度 秋期市民公開講座



昭和大学
横浜市北部病院

病診連携:

都筑区医師会と北部病院の取り組み

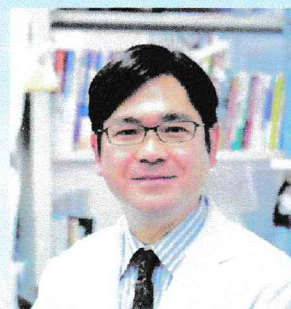
「病診連携」とは診療所と病院が役割を分担し、連携する仕組みのことです。
今回の公開講座では都筑区内の診療所と当院の連携体制についてご案内します。

第1部 13:30～14:10 (予定)

「病診連携－北部病院の取り組み－」

〈演者〉横浜市北部病院

総合サポートセンター長 三輪裕介 准教授



第2部 14:30～15:10 (予定)

「病診連携－診療所の上手なかかり方－」

〈演者〉都筑区医師会 会長 深澤 立 医師



開催日時

10月9日(土)

**オンライン開催
(LIVE配信、予約不要)**

第1部 13:30～

第2部 14:30～

**参加費
無料**

※Zoomウェビナーを使用して配信します。
なお、当日の詳細は近日当院ホームページ
に公開いたします。

(<https://www.showa-u.ac.jp/SUHY/>)

当院ホームページは上記QRコードからアクセスできます。



主 催

昭和大学横浜市北部病院(管理課)

TEL045-949-7000 FAX045-949-7117

E-mail: nhkoukai@ofc.showa-u.ac.jp

後 援

横浜市都筑区役所 / 公益社団法人 横浜市病院協会