

ヘルスメイト  
白石が作る！

「親子で作ってみよう！」 簡単レシピ  
揚げ焼きで簡単！チキンナゲット



白川地区の皆さん



【作り方】

- ①ボウルに鶏ひき肉を入れて粘りが出るまでよく混ぜる。Aを加えてさらによく混ぜる。
- ②フライパンに1～2cm高さの油を入れて熱し、①をスプーンなどを使って一口大にすくい入れる。片面に焼き色がついたら、裏返してさらに揚げ焼きにする。
- ③お好みでソースの材料をそれぞれ混ぜ合わせてナゲットに添える。季節の野菜を添えて完成。

【材料】（4人分）

- 鶏ひき肉 300g
- 溶き卵 1/2個分
- 薄力粉 大さじ3
- マヨネーズ 大さじ2
- 砂糖 小さじ1
- 塩 小さじ1/3
- 油 適量
- 〈ケチャップソース〉
- トマトケチャップ 大さじ1
- ウスターソース 大さじ1/2
- 〈ハニーマスタードソース〉
- 粒マスタード 大さじ1/2
- はちみつ 小さじ1
- マヨネーズ 大さじ1/2

1人分あたり  
338kcal  
たんぱく質15.0g  
塩分1.2g

ジフテリア・破傷風混合2期、日本脳炎の予防接種を受けましょう

お子さんが対象年齢になったら、早めに予防接種をして感染を予防しましょう。

- ジフテリア・破傷風混合2期 11～13歳未満の間に1回接種（委託書と予診票は11歳到達月に送付されます）
- 日本脳炎1期 3歳児（予防接種手帳に委託書と予診票がつづられています）  
※平成13年4月2日から平成19年4月1日生まれの方（特例対象者）は20歳未満まで接種可能です。  
※平成19年4月2日から平成21年10月1日生まれの方（特例対象者）は9～13歳未満の間に1期の不足分を無料で接種できます。

「エイズ・クラミジア・梅毒」の抗体検査を行っています

予約制ですので、希望される方は事前にお問い合わせください。匿名での検査が可能です。

- 検査受付日  
毎月第1・3火曜日 10:00～12:00  
◎仙南保健所疾病対策班 ☎0224-53-3121

7月の献血実施予定(全血)

- 白石市役所  
7月21日(水) 14:00～16:30

献血のご協力ありがとうございました(6月)

- ・(株)エコー設備工業 15人
- ・セコム工業(株) 28人

●休日当番医・調剤薬局

月日	内科	外科	調剤薬局	歯科
7月4日	塚本内科消化器科 ☎0224-26-1026	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	えんめい薬局 ☎0224-25-4411	大友歯科医院(柴田町) ☎0224-57-2120 吉田歯科医院(角田市) ☎0224-62-2130
7月11日	えんどうクリニック ☎0224-26-3888	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	うさぎ薬局 ☎0224-26-3557	大沼歯科医院(村田町) ☎0224-83-4395 谷津歯科医院(白石市) ☎0224-26-3254
7月18日	佐藤医院 ☎0224-32-2002	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	ヨツメヤ薬局鳥井先店 ☎0224-32-3360 蔵王ヘルスマート薬局 ☎0224-32-4550	小田部歯科医院(大河原町) ☎0224-53-2134 伊藤歯科クリニック(角田市) ☎0224-63-2497
7月22日	内方医院 ☎0224-32-2101	こまつ外科内科 クリニック ☎0224-22-2115	にしうら薬局 ☎0224-32-3020 けやき薬局白石店 ☎0224-26-1160	おたべ歯科クリニック(柴田町) ☎0224-56-1853 吉村歯科医院(白石市) ☎0224-26-2118
7月23日	柿崎小児科 ☎0224-25-2210	大泉記念病院 ☎0224-22-2111	しろいし薬局 ☎0224-26-6682 宮調剤薬局 ☎0224-24-3113	川口歯科医院(柴田町) ☎0224-55-5493 氏家歯科医院(角田市) ☎0224-63-3525
7月25日	つつみ内科外科 こどもクリニック ☎0224-25-1181	大泉記念病院 ☎0224-22-2111	フレンド薬局清水小路 ☎0224-24-3393 宮調剤薬局 ☎0224-24-3113	菊池歯科医院(柴田町) ☎0224-57-2950 かおる歯科医院(白石市) ☎0224-24-3777
8月1日	加藤小児科内科医院 ☎0224-26-2653	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	サンコウ調剤薬局 ☎0224-24-2523	大河原歯科医院(大河原町) ☎0224-52-2250 大久保歯科医院(角田市) ☎0224-62-4084

子宮頸がん予防ワクチン(HPVワクチン) 定期接種について

子宮頸がん予防ワクチン(HPVワクチン)接種は、平成25年4月1日より、法律に基づく定期接種として実施しているところですが、厚生労働省から「副反応の発生頻度がより明らかになり、適切な情報提供ができるまでの間、積極的な接種の勧奨を差し控える」との通知を受け、同年6月14日より、積極的な接種勧奨が差し控えられています。

なお、接種の積極的な勧奨は控えていますが、子宮頸がんワクチンは、引き続き定期接種として、接種の対象年齢に該当する女性は無料で接種を受けられます。

対象の方には、個別に通知しています。対象の方でまだ通知が届いていない方は、健康推進課にお問い合わせください。

- 対象者 中学1年生から高校1年生相当年齢の女性
- 接種期間 16歳となる日の属する年度の末日まで  
※現在高校1年生相当年齢の方は、令和4年3月31日までです。  
※全3回の接種の完了までには約6カ月の期間がかかります。年度内に接種を完了するには、1回目接種を9月30日まで開始する必要があります。