

## 子宮頸がんの予防～予防接種と検診～



ワクチン接種後も定期検診を受けましょう

子宮頸がんは女性の子宮の入り口付近にできるがんです。日本では毎年約1万人が子宮頸がんを診断され、約3000人が亡くなっています。

発症原因の90%以上がヒトパピローマウイルス(HPV)の感染によるものといわれています。HPVワクチン接種を受け感染予防するとともに、20歳からの定期検診を受けて早期発見することが大切です。発症予防、早期発見に努めましょう。

市では、次の人を対象に無料でHPVワクチン接種を行っています。

**対象(接種期限)** ▼平成18年4月2日から平成23年4月1日までに生まれた女子(16歳到達年度の3月31日まで) ▼平成9年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた女性で、過去にHPVワクチン接種を合計3回受けていない人(令和7年3月31日まで)

**問い合わせ** こども課母子保健係(☎0866-92-8261)



### チュッピー子育てほっとメール

kosodate@city.soja.okayama.jp

子育ての相談をしたくても時間がとれない人、窓口で相談しにくい人の悩みに、チュッピーと職員・保健師が答えます。



**問い合わせ** こども課子育て支援係(☎0866-92-8268)

# 子育て王国ソジャ

## チュッピーバースデーイベント開催!

チュッピーのバースデーイベントをオンラインで開催します。質疑応答やクイズなどを行います。

- ◆日時 8月27日(土)、午前11時から正午まで
  - ◆参加条件 チュッピーファンクラブ会員であること
  - ◆申込方法 専用フォームから申し込む
  - ◆申込期限 8月17日(水)
- ※新規会員登録者には、案内メールを送ります



8月26日はチュッピーの誕生日!

ファンクラブ  
会員募集

ファンクラブには、誰でも無料で入会できます。

**入会特典** 会員番号入りメンバーカード、会報(年1回)、メールマガジンなど

**入会方法** 左のQRから申し込む

▼ファンクラブに入っている人



イベント参加申し込みはこちらから

▼ファンクラブこれから入る人



ファンクラブ申し込みはこちらから

## チュッピーグッズ絶賛販売中!

ポロシャツ(全4色)



料金 2300円(税込み)

ぬいぐるみ



料金 2640円(税込み)

LINEスタンプ(40種類)



料金 120円(税込み)

これら以外にもさまざまなグッズを取りそろえています。詳細については、市ホームページで確認できます。



市HP

**問い合わせ** 魅力発信室(☎0866-92-8308)

### 学校給食 おすすめレシピ

#### 豆腐のカレー炒め



#### ●材料(4人分)

- 木綿豆腐…200g ●玉ネギ…120g
- 豚もも肉…100g ●ニンジン、トウモロコシ…各40g
- むぎ枝豆…20g ●すりおろしニンニク…1片
- すりおろしショウガ…少々 ●カレー粉…小さじ1/2
- 調味料 ●酒、ごま油…大さじ1
- ①:砂糖、みりん(各小さじ1)
- しょうゆ(大さじ1・1/2)

#### ●作り方

- ①豚肉と玉ネギは薄切り、ニンジンは1cm角に切りにし、木綿豆腐は水気を切って、荒くつぶす。
- ②フライパンでごま油、ニンニク、ショウガを炒め、豚肉とカレー粉、酒を入れて豚肉に火が通るまで炒める。
- ③②に玉ネギとニンジンを入れて炒め、木綿豆腐、トウモロコシ、むぎ枝豆の順に炒めて、①を入れる。

【その他の献立】 ごはん、牛乳、茎わかめのごぶあえ、ミックスナッツ



## 空き家のお悩み、ご相談ください!

「実家の管理に困っている」、「誰かに売却したい」など、空き家が原因で悩んでいることがあれば、どんなことでもお気軽にご相談ください。



残置物の処分はどうすれば?  
売却の手続きって面倒なの?



まずは市役所に相談!

相談先・問い合わせ 魅力発信室(☎0866-92-8308、Eメール miryoku@city.soja.okayama.jp)