

# こんにちはは保健センターです



## シーズン終わりのインフルエンザの注意を



小学6年生のお子さんの2種混合(ジフテリア・破傷風)ワクチンの接種はお済みですか

2種混合(ジフテリア・破傷風)ワクチンは、乳幼児期に1期として受けた3種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)ワクチンの2期の予防接種です。

対象は、11歳以上13歳未満のお子さんで、13歳のお誕生日を迎えると(誕生日の前日が期限)定期接種ではなくなり、任意の扱いとなり自費になります。

破傷風は、ワクチンによる免疫がなければ、外傷などにより年齢に関係なく誰でも感染する可能性がありますので、積極的にワクチンを受けることが推奨されます。

まだ接種がお済みでない方は体調のよい時に早めにお受けましょう。

予診票がない方は、母子健康手帳を持参のうえ、健康管理課にお越しください。

**日本脳炎ワクチンの接種には特例があります**

平成17年5月30日の日本脳炎ワクチンの積極的接種勧奨差し控えにより、平成22年4月1日から再開された現在も、当時対象年齢で

あつたお子さんがそのまま接種しない例が多く見受けられます。

次の方は、定期接種の対象となり、無料で接種できますので、体調がよい時に早めに接種しましょう。

予診票がない方は、母子健康手帳を持参のうえ、健康管理課にお越しください。

対平成7年4月2日(平成19年4月1日生まれ)で20歳未満の方

**成人用肺炎球菌ワクチンの接種はお済みですか**

肺炎は、主に細菌やウイルスなどが肺に入り込んで起こる肺の炎症です。

肺炎の原因菌には、さまざまな種類のものがありますが、元気な65歳以上の方が日常、最も多くかかりやすいのは肺炎球菌による肺炎です。

からだの抵抗力(免疫力)が弱まったときなどに感染を起しやすくなり、重症化すると死に至ることもあります。

肺炎を予防するには、①マスク、手洗い、うがいを

する②規則正しい生活をする、そして、③予防接種をすることです。

成人用肺炎球菌ワクチンの今年度の定期接種の対象者は、今までにこのワクチ

ン接種したことがない方で、平成27年3月31日時点で65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上の方および60歳以上65歳未満で心臓などで身体障害者手帳1級を所持している方です。

接種期間は、平成27年3月31日までです。まだお済みでない方は、体調のよい時に早めに接種しましょう。

この制度では、65歳以上で、今までに肺炎球菌ワクチン接種したことがない方に、平成30年度までの間に1人1回、定期接種の機会を設けるものです。

平成27年度に対象となる方には、4月中旬頃に通知します。接種費用は、自己負担額3300円です。

(生活保護者などは、負担金なし。)

**胃がん検診・大腸がん検診の申し込み受付中です**

平成27年度の胃がん検診と大腸がん検診は、5月中旬からはじまります。

現在、日本人男性の約2人に1人、女性の約3人に1人ががんにかかると言われて

ています。胃がん、大腸がんは、ともに40歳代からかかりやすくなり

市のがん検診でも、毎年胃がんや大腸がんの方が発見されています。

早期のがんでは、ほとんど自覚症状がありません。自覚症状が出てから病院でがんが見つかる場合、進行がんであることが多いのが現状です。

早期の段階で、がんを見つけるために、定期的に検診を受けましょう。

市では、40歳以上の方を対象に胃がん検診と大腸がん検診を実施しています。

○次の方には4月中旬に問診票を郵送します

・ 昨年度、当該検診を受診された方(胃がん検診受診者には胃がん検診問診票、大腸がん検診受診者には大腸がん検診問診票と検便容器を郵送)

・ 新対象者(昭和50年4月1日(昭和51年3月31日生まれの方))

・ 転入者

※それ以外で検診を希望される方は、健康管理課までご連絡ください。

また、会社などで検診を受ける機会があり、市の検診を希望されない方も健康管理課までご連絡ください。

**健康手帳を活用しましょう**

健康手帳をご存知ですか。健康手帳は、健康診査やが

ん検診等の受診記録、体重や血圧など毎日の変化を記録し、自らの健康づくりに活かすものです。

40歳以上の方で健康手帳を希望する方に、窓口でお配りしています。

必要な方は、健康管理課へお立ち寄りください。

**こんな使いみちがあります**

・ 自宅でも1(2)週間血圧を測ってからの、病院を受診し

ましょう。

・ 検診の覚え書きに：検診受診日と結果を記録しておきましょう。

・ 減量に挑戦してみようと思

う方に：体重を毎日決まった時間に測って、生活習慣を振り返ってみましょう。

・ 健康相談を受けたときに：指導内容を書き留めてお

きましょう。

**すくすく相談※予約制**

保健師・栄養士・歯科衛生士が、育児に関する様々な相談に応じています。相談は無料です。

## 市の公共施設の一室を子育て親子の交流の場として開放しています

○総合保健福祉センター開放日  
3月の月曜日～金曜日は、すべて開放しています。

○スポーツプラザ開放日  
3月4日(水)・6日(金)・11日(水)・13日(金)・18日(水)・20日(金)・25日(水)・27日(金)

【開放時間】 午前9時～午後4時

【使用の注意事項】

- 特定の団体のみでの使用はできません。
- 事故やケガなどには十分注意してください。

児童家庭課

☎443-1693

記事の見方

日時

会場

内容

対象

定員

参加費

申し込み

締め切り

持ち物

お問い合わせ