

予防接種

風しんの追加的対策 (抗体検査及び予防接種)

緊急の風しん追加的対策を2021年度までの約3年間、全国で実施します。市では、2019年度中に40歳から47歳の男性に対して抗体検査及び予防接種の無料クーポン券を発送できるよう準備を進めています。詳しくは、広報紙5月号に掲載します。

高齢者肺炎球菌ワクチンの定期予防接種の助成

■対象者

- ①②のいずれかに該当する方
 ①生年月日が次の範囲に該当する方で、肺炎球菌ワクチンの接種を受けた事がない方
 昭和29年4月2日
 ～30年4月1日生
 昭和24年4月2日
 ～25年4月1日生
 昭和19年4月2日
 ～20年4月1日生
 昭和14年4月2日
 ～15年4月1日生
 昭和9年4月2日
 ～10年4月1日生
 昭和4年4月2日
 ～5年4月1日生
 大正13年4月2日
 ～14年4月1日生
 大正9年4月1日生以前の方
 ②平成31年4月1日現在60歳以上65歳未満の方で、心臓、

腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、肺炎球菌ワクチンの接種を受けた事がない方

■接種期間

4月1日～2020年3月31日
 ※定期接種の機会は一生で1回のみです。5年後ごとではありません。

■費用 接種費用のうち3,500円を助成。
 ※医療機関では、接種料金と助成額の差額をお支払いください。

■持ち物

- ・接種券
- ・健康保険証等の年齢・住所を確認できるもの

■その他 接種する際は、事前に医療機関にお申し込みください。市外の医療機関で接種を希望される場合は、手続き方法が異なる場合がありますので、事前に必ず、健康増進課までご連絡ください。

おたふくかぜワクチン予防接種

市では1歳児を対象とした接種費用を助成していますが、4月接種分から小学校就学前の1年間(年長児)に接種する場合も助成の対象とします。

■対象者 おたふくかぜにかかったことがない次の年齢のお子さん。

1期 1歳～2歳未満 1回

2期 小学校就学前1年間(年長児) 1回

■助成額 各期 3,000円

定期予防接種

次の予防接種について、平成31年度の対象者の方にご案内を送付しました。

これ以外の定期予防接種も接種対象期間があります。不足分がある方は、対象期間内の接種をお願いします。

MR2期

2020年3月末までは市が負担しているので無料で接種できます。翌年度以降は全額自己負担となります。

■対象者

年長児(平成25年4月2日～平成26年4月1日生)

二種混合

小学校卒業後も13歳の誕生日の前日までは無料で接種できますが、可能な限り小学校6年生時に接種してください。

■対象者

小学校6年生(平成19年4月2日～平成20年4月1日生)

ちょこっと健康メモ

4月に入り、お酒を飲む機会が増えた方も多いと思います。適量のアルコールは、体にとって良いと言われてはいますが、過度の飲酒が続くと、体にはさまざまな影響が出てきます。適切な飲酒量でお酒と上手に付き合みましょう。

飲み過ぎが関係する病気

肝硬変、脂肪肝、アルコール依存症、高血圧や糖尿病の悪化など

お酒と上手に付き合おう

適切なアルコール量

ビール中瓶1本、発泡酒500ml、日本酒1合、焼酎(乙類)0.5合、ワイングラス2杯、缶チューハイ350ml
 ※女性と高齢者は半量が適切な量となっています。

お酒と上手に付き合うコツ

- ・休肝日を設ける
週に2回以上の連続した休肝日を設けると、肝臓病予防になります。
- ・空腹時の飲酒を避ける
空腹時の飲酒は血中のアルコール濃度を高めるだけでなく、胃炎や食道炎の原因にもなります。食事をしながらお酒を飲むようにしましょう。