



お済みですか MR2期、二種混合、成人用肺炎球菌の予防接種

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

MR2期と二種混合、成人用肺炎球菌の平成28年度対象者の予防接種は3月末までです。期限が近くなると、予約を取りにくくなります。まだ接種していない人は、早めに受けましょう。

MR2期、二種混合

MR2期(麻しん風しん混合)は、1歳のときの接種でついた免疫をより強いものにするためや、1回目の接種を逃した人のための再度の機会です。麻しん(はしか)は感染力が強く、重症化する場合があります。妊娠初期に妊婦が風しんに感染すると、赤ちゃんが目や耳、心臓などに障がいをもって生まれる「先天性風しん症候群」を起こす可能性があります。

二種混合は、乳幼児期に受けた4回の三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)の追加接種です。母子健康手帳を確認し、接種が済んでいない場合は早めに接種しましょう。

■接種方法・場所
事前に指定医療機関へ予約する

■持参物
母子健康手帳、予診票、保険証など住所が確認できるもの
※対象者には予診票と指定医療機関

平成28年度の対象者

予防接種名	生年月日	接種期限	費用
MR2期 (麻しん・風しん混合)	小学校入学前1年間 (平成22年4月2日～平成23年4月1日)	3月31日(金)	無料
二種混合 (ジフテリア、破傷風)	小学6年生 (平成16年4月2日～平成17年4月1日)		

一覧を昨年4月に送付しています。紛失した場合は、4月以降に転入された場合は、母子健康手帳と印鑑を持参し、健康・保険課で再交付の手続きが必要です。

成人用肺炎球菌

肺炎は日本の死亡原因の第3位です。肺炎球菌は、主に気道の分泌物に含まれる細菌で、だ液などを通して飛沫感染し、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。細菌によって生じる肺炎のうち、4分の1から3分の1は肺炎球菌が原因と考えられています。

■対象者 次の①または②に当てはまり、今までに肺炎球菌ワクチンを接種したことがない人

- ① 下記の生年月日に当てはまる人
- ② 60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスにより日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人

■自己負担額 3千円

■接種方法・場所

事前に指定医療機関に予約する
※①の対象者には、昨年4月に指定医療機関一覧をお送りしています。町ホームページにも掲載しています。

※指定医療機関以外で接種を希望する人で申請前に接種した場合は、接種費用助成の対象外となります。接種前に必ず健康・保険課で手続

平成28年度の対象者

予防接種名	対象年齢	生年月日	回数	接種期限
成人用肺炎球菌	65歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ	1回	3月31日(金)
	70歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ		
	75歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ		
	80歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ		
	85歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ		
	90歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ		
	95歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ		
100歳	大正5年4月2日～大正6年4月1日生まれ			

■持参物
保険証など住所が確認できるもの、対象者へお送りした案内文

きを行ってください。



妊娠中のママへ プレママ教室に参加しませんか

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

妊婦さんと赤ちゃんの歯の健康、妊婦健診、栄養について学びませんか。

■日時 両日参加してください。

【1回目】3月17日(金)

午後1時30分～3時30分

【2回目】4月14日(金)

午前10時～正午

■場所 光の森市民センター

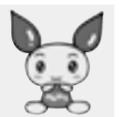
■対象者 出産予定日が6月・7月・8月の人

■持参物 母子健康手帳、筆記用具

■申込方法 電話で申し込む



妊婦さん同士で楽しく会話♪



輸血を必要とする人は1日に約3千人 献血にご協力ください

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

400ミリの献血にかかる時間は受け付けから採血後の休憩までで約40分です。皆様のご協力をよろしくお願います。

■日時 2月10日(金)

午前9時30分～正午

午後1時15分～4時

■場所 菊陽町役場

■内容 400ミリのみの



献血バス内で行います

3月ごろまで流行

インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザにかかると、子どもはまれに急性脳症、高齢者や免疫力の低下している人は肺炎を伴うなど重症になることがあります。インフルエンザにかからない、周囲にうつさないために、正しい知識と予防法を身に付けませんか。



咳エチケットとは

■押さえる、そむける

咳・くしゃみをするときは、ティッシュや袖口などで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむける。

■すぐ捨てる

鼻汁・たんなどを含んだティッシュはすぐにビニール袋などに包み、ごみ箱に捨て、ウイルスが飛散しないよう気を付ける。

■マスクをつける

マスクは隙間がないようにフィットさせて着用する。咳をしている人には着用をお願いする。

■問い合わせ

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

かからないために

- ・人混みや繁華街への外出を控える。
- ・小まめな手洗いとうがいを習慣づけ、マスクを着用する。
- ・室内では適度な湿度(50～60%)を保ち、換気を心掛ける。バランスの取れた栄養、休養をとる。
- ・適度な運動と、小まめな水分補給を心掛ける。

かかったら

- ・早めに医療機関を受診し、保育園や学校、職場は休んで、登校や出勤の目安は、医師の指示を受ける。
- ・安静にして水分補給をし、しっかり睡眠をとる。
- ・感染拡大を防ぐために、咳エチケットを守る。