

11月のけんこう

甲冑 健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

県内定期予防接種広域事業について

10月から予防接種法に基づく定期接種が、市内の協力医療機関に限らず、県内全域にある協力医療機関で受けることが出来るようになりました。

定期予防接種の種類／

お子さん…ヒブ、小児用肺炎球菌、4種混合、3種混合、不活化ポリオ、BCG麻しん風しん、水痘、日本脳炎、2種混合(DT)、子宮頸がんワクチン

高齢者…インフルエンザ、成人用肺炎球菌

※定期接種を県外の医療機関で受ける場合は、償還払いの制度(下記)をご利用いただけますので、接種する前に健康増進課へ電話で連絡してください。

予防接種の償還払いについて

市が行う定期予防接種および任意予防接種を協力医療機関以外で受ける場合、償還払いにより公費負担額を上限に還付します(口座振込)。償還払いを希望する方は、接種する前に健康増進課へ電話で連絡してください。なお、平成26年4月1日以降に受けた予防接種に対してもさかのぼって対応します。

必要書類／①申請書兼請求書(電話連絡後、自宅へ郵送)、②領収書(被接種者氏名、予防接種の種類、接種にかかった費用、医療機関名の記載があること)、③予診票または予防接種を受けた事実を証明する書類(母子健康手帳の写し、接種済証など)

申請方法／必要書類を健康増進課に提出(郵送可)

申請期限／接種を受けた日の翌年度末

※公費負担額を上限とするため、自己負担が生じる場合があります。

こつそしょうしょう
骨粗鬆症検診のお知らせ

～健やかな骨は、健やかな生活習慣から～

☆今年度から対象年齢が変わりました。

対象者／市内に居住する昭和19年4月1日から平成7年3月31日生まれの女性

内容／超音波検査による骨密度測定

検診料／300円(国民健康保険加入者および70歳の方は無料)

申込方法／「専用の申し込みはがき」に必要事項を記入し郵送(切手不要)、またはホームページから

申込期間／11月5日(水)～19日(水)(はがきは当日消印有効)

※詳しい日程は、申し込みはがき、「みんなの健康づくり便利帳」または市ホームページでご確認ください。

※申し込みはがきは、11月5日(水)から土浦市保健センター、市役所総合窓口、各支所・出張所および各地区公民館で配布します。

フットケア教室(足の健康講座)

足元から若々しく！正しい靴の選び方、転倒予防のための適切な足の手入れ、自分で出来る足の健康体操などを身につけられます。

対象者／市内に居住している65歳以上の方

とき・ところ／

神立地区コミュニティセンター…11月26日(水) 午前10時～11時30分

都和公民館…12月10日(水) 午前10時～11時30分

講師／磯野知子さん(幸和義肢研究所 義肢装具士)

定員／各30人(先着順)

申込方法／電話で

健康教室

みずぼうそうについて

土浦市医師会

鈴木敏之(おおつ野こどもクリニック)

みずぼうそう(水痘)は、水痘・带状疱疹ウィルスに感染して起こります。感染経路は空気感染、飛沫感染のため、非常にうつりやすい病気です。水をもった赤い発疹が、陰部、からだに始まり、だんだん顔、頭部まで全身にでます。発疹は2～3日でピークとなり、だいたい1週間で乾いて黒いかさぶた(痂皮)になり良くなります。全部がかさぶたになるまで感染力があるので、幼稚園、学校は休む必要があります。ウィルスは回復後も長く体内(神経根)にとどまり、免疫機能が低下するとウィルスが再び活性化し、带状疱疹となってあらわれます。痛みを伴う水疱の集まりが、神経根に沿って、体の片側に帯のように出現します。

水痘の合併症には脳炎、肺炎、重い皮膚の細菌感染症などがあります。特殊なケースとして、免疫の低下したお子さんが感染すると重症化し、死に至ることもあります。ワクチンを1回受けていても水痘の流行時

には4人に1人くらい感染します。その理由は、ワクチン接種によっても十分な免疫能が得られなかったり、免疫能が時間と共に低下してしまうことがあるためです。1回の接種では効果不十分なことがあり、ワクチンの2回接種によって感染を減らすことができます。

水痘ワクチンが平成26年10月より定期接種化されました。定期接種対象者は1歳～3歳未満のお子さんで、初回は生後12～15か月に開始し、最低3か月(標準的には6か月)あけて2回目を接種します。厚生労働省の方針により、平成26年度に限り3歳～5歳未満までのお子さんは1回接種となっています。しかし、いずれの年齢においても2回接種が望ましいと思われるので、3歳以上のお子さんにも任意接種での2回接種をお勧めします。詳しくは、かかりつけ医、保健センターにご相談ください。今後、定期接種化によって、社会全体での水痘の罹患率・合併症発生率の減少が期待されます。