

5月のけんこう

お子さんの予防接種

◎麻しん風しん混合予防接種

対象者・接種期間／

第1期…1歳～2歳未満

第2期…平成21年4月2日から22年4月1日生まれ
の方で、平成28年3月31日まで

接種回数／各期で1回ずつ

◎2種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種

対象者／11歳～13歳未満

※予診票は11歳誕生月の翌月上旬に郵送

接種期間／11歳～13歳の誕生日の前日まで

接種回数／1回

◎日本脳炎予防接種特例措置対象者

県内定期予防接種広域事業開始にともない、市外の医療機関でも接種が可能となったため、平成9年度から平成18年度生まれの方に対し、3月に予診票を送付しています。母子健康手帳などで接種履歴を確認し、20歳未満までに接種を完了しましょう。

※平成7・8年度生まれで接種が完了していない方は、これまでどおり市内協力医療機関設置の予診票をご利用ください。市外医療機関で接種する方は健康増進課まで連絡してください。

◎共通

接種場所／県内協力医療機関

費用／無料(接種期間内の場合のみ)

※県内協力医療機関外での接種は助成額を上限に償還払いとなります。接種前に必ず健康増進課へ連絡し

問・申健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

てください。

※接種の際には、事前に協力医療機関に連絡のうえ、必ず母子健康手帳と予診票を持参してください。

※転入や紛失などで予診票をお持ちでない方は、母子健康手帳を持参し健康増進課で交付の手続きをしてください。

おいしいな教室

噛む力・飲み込む力の衰えの予防や、栄養の偏りの改善を図る教室です。(全4回コース)

	とき	内容
第1回	5月26日(火)	お口の元気度チェック・歯のお手入れ・食生活チェック
第2回	6月9日(火)	「噛ミング30」って?・塩分チェック・塩分計で自宅の味噌汁を測定!
第3回	6月23日(火)	唾液パワーについて・口腔体操・糖分大丈夫?
第4回	7月14日(火)	いつまでも口からおいしく食べて元気な生活をおくるコツ・まとめ

※時間はいずれも午後1時30分～3時20分

ところ／都和公民館

対象者／市内に居住している65歳以上の方

講師／歯科衛生士・管理栄養士

定員／18人(先着順)

持ち物／タオル・筆記用具

申込方法／電話で

健康教室

食物アレルギーについて

土浦市医師会

伊本夏樹(日立製作所土浦診療健診センタ)

こどもの食物アレルギーは増えてきていますが、その原因は明らかではありません。尋麻疹が出るような軽いものから、アナフィラキシーと呼ばれる命の危険をとまなう重いものまで、症状や重症度の幅が広いために、一般の方はもちろん医療関係者でも正しくイメージすることは難しいと思います。特に、重い症状のお子さんがある保護者の方は、誤食の心配で神経の擦り減る毎日ではないかと思えます。

食物アレルギーの対応策として、こどもの成長にともなって免疫のバランスが整い、食べられるようになる(耐性獲得)まで、原因食品を取らないこと(除去)が行われますが、これには注意が必要です。こどもは成長のために、十分な栄養をバランスよく取る必要があります。また、集団生活が安全でかつなるべく支障をきたさないよう、食品の除去は必要最小限でないといけません。そのためにはキチンとした評価が重要です。

進歩しつつありますが、血液検査(血中抗原特異的IgE抗体)は評価ツールとして限界があり、ハッキリ白黒を

つけることができません。保育園や幼稚園から病院で検査をするように言われることは少なくないと思いますが、それはとても残念な勘違いです。検査では、陽性でも全く症状がでなかったり(偽陽性)、逆に陰性でも症状がでたり(偽陰性)することが良くあるため、検査結果だけを頼りに除去するのは誤りです。

明らかに症状が出る食品は除去します。重い症状でも原因がはっきりしない場合や、除去食の解除ができるかどうかを判断する場合に有用なのは「食物経口負荷試験」ですが、対応できる医療機関は限られています。

また、たとえしっかりと評価し、除去食の対応をとっても、誤食はゼロにはなりません。誤食をしてしまったときの善後策をあらかじめ準備しておくことが大切です。

園には「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」が、学校には「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン」が、一般臨床医には「食物アレルギー診療ガイドライン」が存在します。これらが有効に活用され、こども達に安全と安心が提供されることを願っています。