

12面から続き

康運動指導士 困運動制限のない、市内在住の方40人 困運動のできる服装、飲み物、タオル、筆記用具、お持ちの方は健康手帳 困受付中



予防接種

高齢者インフルエンザ予防接種は1月15日(木)まで

ご希望の方は、お早めに市内の指定医療機関で接種してください。詳しくは、保健カレンダー、ホームページをご覧ください。市外・県外で接種希望の方は、必ず事前に保健センターまでご連絡ください。

高齢者肺炎球菌ワクチン(ポリサッカライド)

予防接種を実施しています 平成27年3月31日(火)まで 市内指定医療機関 困市内在住で、①または②に該当し、接種

表2 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種対象者

Table with 2 columns: 年齢 (Age) and 対象生年月日 (Target Birth Date). Rows list ages from 65 to 101+ and corresponding birth date ranges in Heisei and Showa eras.

上記生年月日の方が対象になるのは、今回1回限りです

を希望する方。①表2に該当する年齢の方(対象者には9月下旬に個別通知済み) ②接種日に60歳~65歳未満の方で、心臓、じん臓、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機能に障がいがある方、またはそれと同等の障がいをお持ちの方で医師の診断書

がある方 費3000円 困市内指定医療機関に必ずご予約ください *平成26年10月1日以前に1回以上接種した方は対象外です *市外で接種希望の方は、必ず事前に保健センターまでご連絡ください

●流行予防を! 麻疹風しん 予防接種はお早めに 困1期: 満1歳~2歳未満の方 2期: 平成20年4月2日~21年4月1日生まれの方(4月上旬に個別通知を送付しています)

●3種混合ワクチンでの接種はお早めに 平成24年11月1日より前に予防接種を開始した方は、3種混合とポリオを接種しています。今後、3種混合ワクチンの入手が困難となる可能性がありますので、7歳6カ月になるまでに規定回数(年齢によって規定回数)の接種間隔を守り、各必要回数の接種を完了してください。

●3種混合ワクチンでの接種はお早めに 平成24年11月1日より前に予防接種を開始した方は、3種混合とポリオを接種しています。今後、3種混合ワクチンの入手が困難となる可能性がありますので、7歳6カ月になるまでに規定回数(年齢によって規定回数)の接種間隔を守り、各必要回数の接種を完了してください。

●子どもの肺炎球菌ワクチン(13価)の補助的追加接種に係る費用の一部を助成します 対象: 接種日に市内に住民登録がある1歳~5歳未満で、平成25年10月31日までに小児の肺炎球菌ワクチン接種(7価)の規定回数(年齢によって規定回数)の接種間隔を守り、各必要回数の接種を完了してください。

●子どもの肺炎球菌ワクチン(13価)の補助的追加接種に係る費用の一部を助成します *対象となるかを判断するため確認書を作成していただきます。確認書は水痘のお知らせにも同封しているほか、ホームページから印刷可(確認書は申請の際に必要です)

新年を迎えて



越谷市医師会 会長 登坂 薫

明けましておめでとうございます。市民の皆様には健康やかに新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。今年も皆様が無事(過)され、幸せな一年になるように医師会員一同心から願っています。

①越谷市夜間急患診療所について 現在、越谷市医師会は神明町の小児夜間急患診療所と、東越谷(市立病院隣)の成人夜間急患診療所において、年中無休で診療を行っています。診療時

間は午後8時から午後11時まで、受付時間は午後7時半から午後10時半までです。それぞれ内科的急患の方が対象で、薬の処方原則1日分となり、翌日は「かかりつけ医」を受診するようにお願いしています。毎日夜3時間必ず診療していただきますので、急に体調が悪くなりましたら、保険証を持参し、受診してください。

②健(検)診、予防接種事業について 特定健診、各種癌検診等は今までと同様に行っています。が、予防接種については一部変更がありました。水痘(水ぼうそう)ワクチンと高齢者肺炎球菌ワクチンが平成26年10月1

日から定期接種になりました。水痘ワクチンは、今年3月までは1歳から5歳未満が対象で無料です(公費負担)。高齢者肺炎球菌ワクチンは、65歳から100歳までの5歳刻みの方が対象となり、自己負担が3000円です。肺炎の予防や肺炎にかかっても重症化を防ぐ効果があります。

また、小児用肺炎球菌ワクチン(13価)追加接種費用の一部(4000円)が助成されます。自分の体は自分で守るといふ気概で健康な体を作りましょう。もちろん医師会は全面協力いたします。

県民公開講座

自分らしく生きよう ~大人の発達障害~

臨床心理士に「大人の発達障害」をテーマに、その障がい特性や、発達障がい有する方が自分らしく生きていくためのコツ、また、周りの人の接し方や支援制度などについてお話いただきます。

〈日時〉 2月6日(金)、午後2時~4時 午後1時30分から受付 〈場所〉 中央市民会館5階第4~6会議室 〈内容〉 講演と質疑応答。講師は獨協医科大学越谷病院こころの診療科臨床心理士の尾形広行さん 〈対象〉 大人の発達障害に関心のある方120人 〈費用〉 無料 〈申込み〉 電話で下記へ(受付中) 困市民健康課 ☎978-3511

冬の感染症に注意!!

インフルエンザに注意しましょう

インフルエンザは、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が突然現れることが特徴です。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、せきなどの症状も見られます。

インフルエンザにかかっても、軽症で回復する人もいますが、中には、肺炎や脳症などを併発して重症化してしまう人もいます。また、高齢者の方は、特徴的な症状が出にくい場合(高熱が出ない、なんとなく体調が悪いなど)もありますので注意してください。

- 次の点に注意して、インフルエンザを予防しましょう。
・外から帰ったら、流水・石けんで手を洗い、うがいをする
・せきやくしゃみが出るときは、できるだけマスクをする
・乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度(50%~60%)を保つ
・体の抵抗力を高めるため、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を心がける
・人ごみや、繁華街への外出をできるだけ控える
・流行前にインフルエンザワクチンを接種する
困地域医療課 ☎973-55625

●ノロウイルスによる食中毒・感染症にご注意を! ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は、特に冬に流行するとされています。ノロウイルスは手指や食品などを介して感染し、下痢、おう吐、吐気、腹痛などを起こします。子どもや高齢者は、ノロウイルスに感染した場合に重症化しやすいので、特に注意が必要です。ノロウイルスによる食中毒を防ぐため、「加熱」「手洗い」「消毒」をしっかりと行いましょう。 困市民健康課 ☎978-3511