



お知らせ

◎ 6月4～10日は歯と口の健康週間

～一生を共に歩む自分の歯～

歯と口の健康は、全身の健康状態と深く関わっており、健康に生きていく力を支えるものです。**8020 (80歳になっても20本以上の自分の歯を保つ)**を目指し、いつまでも健康な歯を保ちましょう。

そのために、食べたらずぐ歯を磨く習慣づくりや定期的な歯科健診の受診など、歯周病の予防や歯と口腔の健康づくりに取り組みましょう。



◎食中毒を予防しましょう！

夏場は湿度や気温が高く細菌が増えやすいので、特に細菌性の食中毒に注意してください。

食中毒を防ぐためには、原因となる細菌を「付けない」、「増やさない」、「やっつける」ことが大切です。こまめに石けんで手を洗う、冷蔵庫を過信せず食材は早めに食べきる、調理器具やふきんなどはいつも清潔なものを使うことなどを心がけ、食中毒を予防しましょう。

◎ 9～10カ月児健康診査の個別健診を実施

今年度の9～10カ月児健康診査は、個別健診で実施します。対象者には月初めに案内を郵送しますので、書類などが届いた人は、指定医療機関へ直接予約し、受診してください。

▷対象 町に住民票のある生後9カ月半～1歳未満の乳児

▷受診期間 書類が届いてから子どもの1歳の誕生日前日まで

いきいき健康ライフ 新型コロナウイルスワクチン接種について

新型コロナウイルスワクチン接種は、医療従事者と65歳以上の高齢者に対して先行接種が開始されています。

副反応としては、局所のものは注射部位が赤くなる、腫れる、痛むなどがあり、全身のものは発熱、だるさ、頭痛、さむけ、筋肉や関節の痛みなどがあります。注射後、短時間で出現するアナフィラキシーといわれる強いアレルギー反応は、接種後15～30分くらいに起こることが多く、症状の程度により処置が必要になる場合があります。また、副反応として数日後、数週間後に出現



したり、数年間観察するとわかる場合があります。

反対にワクチン接種の効果として100%ではありませんが、①感染が予防できる ②感染しても無症状か軽度の症状ですむ ③感染しても重症化を防ぐ ④死亡率を下げるなどが期待されています。

ワクチン接種は強制ではなく任意で接種するものですが、新聞やテレビ、インターネットなどの正しい情報を得たり、主治医やかかりつけ医に相談したりして、このコロナウイルスワクチンの長所・短所を考えて、接種するかどうか判断してください。

船田医院 院長 大江 さつき



保健だより



★印…予約・申込が必要 ※いなくサロンは19ページ

	種 別	内 容
	ロタウイルス	ロタリックス 出生6週0日後から24週0日後までの間(27日以上あけて2回接種) ロタテック 出生6週0日後から32週0日後までの間(27日以上の間隔で3回接種)
予防接種関係	B型肝炎	生後2カ月～1歳の誕生日の前日までに3回
	ヒブワクチン	生後2カ月になる前日～5歳になる前日まで、年齢により1～4回
	小児用肺炎球菌ワクチン	生後2カ月になる前日～5歳になる前日まで、年齢により1～4回
	BCG	生後3カ月になる前日～1歳になる前日までに1回 ◆ただし、標準的な接種期間は、生後5カ月に達した時から8カ月に達するまでの期間
	四種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)	生後3カ月になる前日～7歳6カ月になる前日まで 初回接種 20日以上の間隔で3回(できるだけ、生後3～12カ月の間) 追加接種 初回終了後6カ月以上(できるだけ、1年～1年6カ月)あけて1回
	日本脳炎	1期初回 生後6カ月になる前日～7歳6カ月になる前日まで ◆ただし、標準的な接種年齢は、3～4歳(6日以上の間隔で2回) 1期追加 1期初回終了後、6カ月以上(標準的にはおおむね1年あけて1回) 2期 9歳の誕生日前日～13歳の誕生日の前日までに1回 ※積極的接種勧奨差し控えにより接種を逃した人については、不足回数が接種可
	MR (麻疹・風しん)	1期 1歳の誕生日前日～2歳の誕生日前日までに1回 2期 平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれで年長クラスに相当する1年間に1回
	水痘	生後1歳の誕生日前日～3歳の誕生日前日までに2回 2回目は1回目から3カ月以上(できるだけ、6～12カ月)あけて接種する
	子宮頸がん予防 (HPV) ワクチン	小学6年生～高校1年生相当年齢の女子(現在積極的接種勧奨を一時見合わせています) 接種を希望する場合はワクチンの有効性とリスクを理解したうえで受けてください。
	高齢者用肺炎球菌	今年度の末日に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の人 令和4年3月31日までに1回※今までに接種した人は対象外
	とき・受付時間 = 年間を通じて実施※時間は医療機関によって異なります。 ところ = 指定医療機関 ※指定医療機関は、『健康づくり年間予定表』をご覧ください	

	種 別	内 容	とき・受付時間・ところ
	乳幼児健康診査・検診・相談など		
乳幼児健康診査・検診・相談など	3・4カ月児健康診査	令和2年12月30日～令和3年3月1日生まれの人※身体計測、診察など	16日(水) 13:15～14:45
	3歳児健康診査	平成30年3月26日～同年4月30日生まれの人※身体計測、診察、歯科健診など	17日(木) 13:00～14:15
	★すくすく相談	乳幼児の身長および体重測定・育児に関する相談	14日(月) 9:30～11:30
	★もぐもぐ食事相談	管理栄養士による乳幼児の栄養・食事の相談など	29日(火) 10:00～11:30
	★母親学級 ※7日前までに要申込、パートナーと参加可	①歯の健康について、歯科健診 ②赤ちゃんの育児・産後の話、沐浴実習、妊婦体験	① 9日(水) 13:15～13:30 ② 23日(水)
	★健康相談	血圧・検尿・生活指導・医師による相談など 前立腺がん検診(料金1,000円 定員10人) 肝炎ウイルス検査(料金1,000円 定員10人)	25日(金) 10:00～10:45
その他	種 別	内 容	
	妊婦健康診査助成	医療機関で受診する妊婦健康診査に対し、一部助成を行っています。(20,000円上限2回、8,000円上限4回、5,000円上限8回の合計14回) ※事前に申請が必要	
	成人歯科健診	20歳以上(年度末現在)が対象で、年度内(4月から翌年3月末日)に1人1回受診することができます。直接、川西市歯科医師会会員医療機関に電話予約の上、受診してください。(健診無料、健康保険証持参)	
	妊婦歯科健診	妊婦健康診査助成申請された妊婦を対象に「妊婦歯科健診受診券」を交付します。妊娠安定期の体調の良いときに川西市歯科医師会会員医療機関に電話予約の上、受診してください(健診無料)。	
川西市歯科医師会立訪問歯科センター	川西市歯科医師会立訪問歯科センター	歯科治療で通院が困難な人(要介護者・ねたきり状態など)に、歯科医師や歯科衛生士が自宅へ訪問し、直接治療や口腔ケアなどを行います。費用負担あり。 ▶問合せ 同センター ☎ 757-0418 (月～金曜日、9:00～17:00)	