

4月1日から65歳以上の方も対象となります。
助成対象者 次の条件を全て満たす方
 ①接種当日に市内在住の65歳以上の方
 ②平成25年4月1日以降に予防接種を受けた方
 ③脾臓摘出を受けていない方
 ※脾臓摘出を受けた方は、健康保険が適用されません。
助成金 上限2000円(生活保護受給者および中国残留邦人等支給給付受給者は除く)

「肺炎球菌ワクチン 予防接種費用一部助成」の対象者を拡大します

8000円
 助成回数 1人につき1回
 申込方法 交付申請書(市役所、各行政サービスセンター)に用意を高齢者支援課、国保年金課または各行政サービスセンターに提出してください。※申請には領収書の添付が必要です。
 対象 (65歳~74歳までの方) 高齢者支援課・内線411、412 (75歳以上の方) 国保年金課・内線414、415



重度障害者の方に平成25年度の福祉タクシー券を交付
 申請場所 障害福祉支援課(市役所西別館4階)
対象 身体障害者手帳1・2級、療育手帳(A)・(A)の2、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの市内在住の方
交付枚数 1か月4枚(人工透析を受けている方は8枚)※4月から起算のため、申請月により交付枚数が異なります。
持参 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳※平成24年度分の償還払い、4月10日(水)までに初乗り料金助成申請書、領収書、回数分のタクシー

券を提出してください。※残ったタクシー券は使用できませんので返却してください。
 申請方法 4月16日(火)午後5時までに電話で。
 申込方法 4月16日(火)午後5時までに電話で。
 申込方法 4月16日(火)午後5時までに電話で。
 申込方法 4月16日(火)午後5時までに電話で。
 申込方法 4月16日(火)午後5時までに電話で。

第4回「がん患者・家族サポートプログラム」
 がん患者さんのためのメイクアップ教室
 日時 4月18日(木)午後2時~3時(1時50分受付)
 場所 がん患者・家族総合支援センター(柏市若柴2-26番地)
 内容 メイクアップ教室、参加者同士の歓談
 講師 マーシユ・フィールド株式会社
 定員 先着30人

認知症の方の家族のついで「あびこ」
 日時 4月10日(水)午後1時30分~3時30分
 場所 けやきプラザ1階工作室
 内容 介護方法や日ごろの悩みなどの情報交換
対象者 認知症の方を介護している家族・介護経験者
費用 無料
 申込方法 高齢者支援課 ☎7185-1126

平成25年度 女性のがん(子宮・乳) 集団検診の申し込みはお済みですか

締切日は 4月20日(土)

日時・場所 子宮がん…5月15日(水)、27日(月)、6月3日(月)、5日(水)、7日(金)、17日(月)、19日(水)、26日(水)、28日(金)、7月10日(水)、22日(月) 乳がん…5月17日(金)、20日(月)、21日(火)、22日(水)、24日(金)、28日(火)、29日(水)、31日(金)、6月14日(金)、15日(土)、18日(火) いずれも午前・午後、保健センター

対象・費用 市内に住居登録をしている女性 ◎子宮がん検診(子宮頸部細胞診)は20歳以上の方、600円 ◎乳がん検診(マンモグラフィ検査)は40歳以上の方、700円 ◎乳がん検診(超音波検査)は30歳~39歳の方、800円 ※対象年齢は今年度中(4月1日~平成26年3月31日)に達する年齢です。※①高齢受給者証、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方②世帯全員が市・県民税非課税の方③生活保護世帯等の方は無料。②の方は5月8日(火)までに保健センターへご連絡ください。

申込方法 保健センター窓口・ハガキ・封書(1人1通・連名不可)に、住所、氏名、生年月日、電話番号、希望する検診名①「子宮がん検診希望」②「乳がん検診希望」③「子宮がん・乳がん検診希望」を明記(電話・ファクスの申込不可)

※子宮がん検診(1400円)とマンモグラフィ検査および視触診検査(マンモグラフィ…1100円、視触診…500円)は、6月~平成26年1月末まで市内委託医療機関でも受診可能です。※超音波検査は、集団検診のみ実施です。

申・問 ☎270-1132湖北台1の12の16 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

予防接種のお知らせ

◎BCGの接種時期が変わりました

BCGの接種が、出生直後~1歳未満まで実施できるようになりました。標準的な接種時期は、生後5か月~8か月未満となります。

◎ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンが定期接種化されました

4月1日以降も、定期接種として無料で接種できます。接種開始年齢により接種回数は異なりますが、標準的なスケジュールは以下のとおりです。

| 種類 | 標準的な接種開始年齢 | 対象者 | 回数・間隔 |
|---------|-------------|------------|---------------------------------------|
| ヒブ | 生後2か月~7か月未満 | 生後2か月~5歳未満 | 初回接種…27~56日の間隔で3回 |
| | | | 追加接種…初回接種終了後、7~13か月空けて1回 |
| 小児用肺炎球菌 | 生後2か月~7か月未満 | 生後2か月~5歳未満 | 初回接種…27日以上の間隔で3回(1歳未満で3回の接種を終えること) |
| | | | 追加接種…初回接種終了後、60日以上空けて、1歳~1歳3か月未満の時に1回 |

◎子宮頸がん予防ワクチンが小学校6年生から接種対象となりました

子宮頸がん予防ワクチンも定期接種となり、小学校6年生~高校1年生相当の女子が接種対象となりました。6か月間で3回の接種が必要となります。

◎長期療養等により対象年齢内に定期接種を行えなかった方へ

長期にわたる療養を必要とする疾病にかかったことで、やむを得ず、対象年齢内に予防接種を受けることができなかった方については、受けることができない事情がなくなった日から起算して2年を経過するまでの間、定期接種が受けられます。詳しくは、ホームページを参照のうえ、該当すると思われる方は健康づくり支援課にご相談ください。

◎日本脳炎特例措置対象者が拡大されました

日本脳炎の積極的勧奨差し控えにより接種が行えなかった平成7年4月2日~平成7年5月31日生まれの方は、国の特例措置対象となり、20歳未満まで1期、2期とも定期接種の対象となります。

問 健康づくり支援課 ☎7185-1126

4月 各種健診と健康教室

◎乳幼児の各種健診・相談・教室 ☎は予約制です。
 問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

| 項目 | 日程 | 対象・内容など |
|------------------------|----------------------|--------------------------------|
| ※しあわせママパパ学級 ☎ | 5・12・19日(金) | 妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方 |
| 4か月児相談 | 9・16日(水) | 平成24年11月生まれ |
| 育児相談(乳幼児の育児) | 12日(金)・24日(水)・17日(水) | 子育て支援センター「ここにご広場」、先着10人 保健センター |
| 1歳6か月児健康診査 | 18日(水) | 平成23年9月1日~9月20日生まれ |
| 2歳8か月児歯科健診(希望者にフッ化物塗布) | 25日(水) | 平成22年8月生まれ |
| 3歳児健康診査 | 4・11日(水) | 平成21年9月1日~10月10日生まれ |
| 5歳児健康診査 | 25日(水) | 平成20年4月2日~4月30日生まれ |
| ※離乳食教室(4~6か月向け) ☎ | 26日(金) | 乳児の保護者・先着30人 |
| ※後期離乳食教室(8~9か月向け) ☎ | 3日(水) | 平成24年7月生まれ・先着20人 |
| 栄養相談 ☎ | 随時 | 食生活アドバイス |

◎心の健康に関する教室

場所 保健センター

問 障害福祉支援課・内線421

| 教室名 | 日時 |
|---------|------------------|
| アルコール教室 | 5日(金) 14時30分~16時 |
| 心の健康クラブ | 15日(月) 14時~16時 |

◎※健康づくりうんどう教室

時間 午前10時~11時

問 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

| 開催日 | 場所 |
|--------|-------------------|
| 10日(水) | 布佐南公園*雨天中止 |
| 16日(水) | 湖北台中央公園*雨天時保健センター |
| 19日(金) | 天王台西公園*雨天中止 |



睡眠時無呼吸症候群

いびきがひどい、日中の耐え難い眠気、熟眠感がないなどの症状に、思い当たる方はいませんか?そのような方は睡眠時無呼吸症候群の可能性がります。原因は、睡眠中の呼吸障害によって低酸素状態となり、脳が休息をとることができなくなるためです。日本では約200~300万人の患者がいるといわれていますが、治療をしているのは10分の1程度だといわれています。放置すると血圧の上昇、不整脈、虚血性心疾患、脳血管疾患などの合併症が生じ、突然死にも関与すると考えられています。また日中の眠気、集中力の低下から交通事故などにもつながる例が出てきています。心当たりのある方は一度検査することをお勧めします。簡易検査であれば自宅で行うことができます。治療としては肥満の方であればまず減量です。軽度であればマウスピースで呼吸状態を改善させたりしますが、中等度以上であれば持続陽圧呼吸療法を行います。これは寝る時に鼻マスクをしてもらい、呼吸にあわせて弱い圧力をかけます。こうすることによって気道の閉塞が解除され、低酸素状態が改善し自覚症状も著明に改善します。

よつばクリニック 堀江 俊幸

●休日・夜間に病気になるたら:○消防署(☎7184-0119)に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。※緊急の場合は迷わず「☎119」へ電話をしてください。※休日や深夜などの診察料は、割高になります。休日は日曜、祝日、年末年始