

健やかな成長のために 定期予防接種のお知らせ

お母さんから赤ちゃんに受け継がれた免疫は自然に失われていきます。予防接種は、赤ちゃん自身が免疫を作って病気を予防するために行うものです。

本市では、子どもたちの健やかな生活のために定期予防接種を委託医療機関で実施しています（下表参照）。対象者が接種する場合、費用は無料です。予防接種を希望する場合は、委託医療機関に事前に連絡してください。

なお、市外で予防接種を受ける場合は、必ず事前に保健所健康増進課（0798・35・3308）へ相談してください。接種先の自治体によっては、費用が有料になる場合もあります。

※ポリオ予防接種については、詳細が決まり次第、本紙や市のホームページなどでお知らせする予定です

予防接種の種類	対象者（※1）	回数	実施期間	
BCG	生後6カ月に至るまでの子。標準的な接種年齢は、生後3カ月～6カ月に至るまで	1回	通年 ※詳しい日時は委託医療機関に確認を	
三種混合（ジフテリア、百日咳、破傷風）	1期初回	生後3カ月～90カ月に至るまでの子。標準的な接種年齢は、生後3カ月～12カ月に達するまで		20日～56日間隔で3回
	1期追加	生後3カ月～90カ月に至るまでの子。標準的な接種時期は、1期初回接種3回終了後、12カ月～18カ月を経過するまで		1回
二種混合（ジフテリア、破傷風）	2期	11歳以上13歳未満。標準的な接種年齢は、11歳		1回
麻しん 風しん	1期	生後12カ月～24カ月に至るまでの子		1回
	2期	5歳以上7歳未満で、小学校入学前年度の4月1日～3月31日の間にある子		1回
麻しん風しん混合（※2）	3期	13歳となる年度の子（中学1年生に相当）		1回
	4期	18歳となる年度の子（高校3年生に相当）		1回
日本脳炎	1期初回	生後6カ月～90カ月に至るまでの子。標準的な接種年齢は、3歳		6日～28日間隔で2回
	1期追加	生後6カ月～90カ月に至るまでの子（1期初回終了後おおむね1年後）。標準的な接種年齢は、4歳		1回
		2期	9歳以上13歳未満の子。標準的な接種年齢は、9歳	1回

（※1）「達するまで」は該当日の前々日、「未満」は誕生日の前々日、「至るまで」は誕生日の前日までを意味します

（※2）3・4期については平成20年度から5年間の時限的措置として実施するため、24年度末で終了

（※3）日本脳炎は、積極的勧奨の差し控えにより、接種機会を逃した平成7年6月1日出生～19年4月1日出生の人は20歳未満の間に不足回数分を無料で接種できます。ただし、2期については9歳からの接種になります

無料クーポン券を8月末に送付 肝炎ウイルス検診の受診を

市が実施する肝炎ウイルス検診の費用が無料になるクーポン券を、8月末に対象者へ送付します。

集団検診は、北口保健福祉センター検診施設や西宮市医師会診療所、地区巡回検診で実施します。また、個別検診は市内委託医療機関で受診を。市内委託医療機関名や受診方法については、市のホームページ（www.city.nishinomiya.lg.jp）の「健康・成人・高齢者」をご覧ください。

無料クーポンが届くまでに、市の検診として受診した場合も助成の対象になりますが、一旦検診費用（集団検診700円、個別検診1200円）の支払いが必要です。11月中旬に払い戻しの申請書を送付しますので申請してください。

問合せは地域保健課（0798・35・3127）へ。

●肝炎ウイルス検診の対象者

年齢	生年月日
40歳	昭和46年4月2日～47年4月1日
45歳	昭和41年4月2日～42年4月1日
50歳	昭和36年4月2日～37年4月1日
55歳	昭和31年4月2日～32年4月1日
60歳	昭和26年4月2日～27年4月1日
65歳	昭和21年4月2日～22年4月1日

肝炎ウイルス検診を受けたことがなく、平成23年度に上表の年齢になった人

簡単メタボチェック

生活習慣病の 予防に活用を

市は、パソコンを使って簡単にメタボ度をチェックできる「簡単メタボチェック」のサービス（<http://fishbowindex.net/nishinomiya/>）を開始しました。



携帯電話からも利用できます。QRコード参照。このサービスでは、「メタボチェック」や「活動量チェック」、「引き算ダイエット」の3項目のチェックができます。生活習慣の見直しや生活習慣病の予防などに活用してください。対象年齢は15歳～69歳です。



問合せは保健所健康増進課（0798・26・3667）へ。

子宮頸がん予防ワクチンなど 費用の一部を助成します

市は、委託医療機関で接種した子宮頸がん予防ワクチン、ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン費用の一部を来年3月31日まで助成しています。子宮頸がん予防ワクチンは半年間で3回の接種が必要のため、9月末までに1回目を接種しなければ助成期間内に終了しません。また、ヒブ・小児用肺炎球菌ワクチンの助成対象は、接種時に生後2カ月～4歳の子です。接種を希望する人は、夏休みのこの機会に予防接種を受けてください。

問合せは保健所健康増進課（0798・35・3308）へ。

熱中症に気を付けて 予防策や対処法を紹介



熱中症とは、室温や気温、湿度が高い環境の中で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能が働かなくなり、体温上昇やめまいなどさまざまな症状を引き起こす病気です。熱中症の発生は、7月～8月がピークで、室内や就寝中でも熱中症になることがあります。特に、体温調節機能が十分に発達していない子どもや、体内の水分が不足しがちな高齢者は注意してください。

予防ポイント

- ① じめじめに水分を補給し、汗をかいたら塩分の補給を
- ② 室温が28度を超えないように扇風機やエアコンの使用を
- ③ 外出時は日傘や帽子などで直射日光を避ける
- ④ 通気性の良い服装を
- ⑤ 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを心がける

熱中症の症状など

熱中症の症状や対処方法などは下表のとおりです。

●熱中症の分類と対処方法

程度	症状	対処	医療機関への受診
軽症	めまい、立ちくらみ、こむら返り、大量の汗など	→ 安静にし、体を冷やす → 涼しい場所へ移動 → 水分・塩分を補給	→ 症状が改善すれば受診の必要なし
中等度	頭痛、吐き気、体がだるい、体に力が入らない、集中力や判断力の低下など		→ 口から飲めない場合や症状の改善が見られない場合は受診が必要。症状が改善すれば受診の必要なし
重症	意識障害、けいれん、運動障害など		→ 救急車を呼ぶ

広告

西宮・芦屋で初めての「療養通所介護」誕生!!

（平成24年3月15日現在当社調べ）

- ◆ 重度要介護者や吸引・経管栄養（胃ろう）などの医療的ケアが必要な方がご利用出来ます。
- ◆ 医療ケアだけでなくリハビリや入浴も受けられます。
- ◆ 利用者様1.5人にスタッフ1人の人員配置。手厚く行き届いたケアを受けて頂けます。

担当のケアマネさんにご相談頂くか、直接お問い合わせください。
090-2065-4774 担当/まき

ナーシング・デイ「ういずゆー」

■ 営業日/月曜日～金曜日 ■ 時間/9:00～17:00 ■ 実施地域/西宮市・芦屋市
西宮市樋之池町24-4（阪急芦屋駅より徒歩15分） ■ TEL 0798-75-1136

★介護保険で利用できます。

地域に根ざして10年 **(有)在宅ケアサービスまどか**

● 居宅介護支援事業所(ケアマネジャー) ● 訪問看護ステーション ● ヘルパーステーション ● 通所介護(デイサービス)

TEL0798-75-1178 FAX0798-75-1185 〒662-0084 西宮市樋之池町20-27
<http://madokaiwai.okoshi-yasu.net/>