

帯状疱疹の予防接種がはじまります

令和7年度から、帯状疱疹の定期予防接種が始まります。
対象の人には接種券を送付します。

- ▶ **接種場所** 病院、診療所などの市指定医療機関
- ▶ **対象者** 次の条件のいずれかに該当する人
 - ・65、70、75、80、85、90、95歳の節目年齢の人
 - ・100歳以上の人
 - ・一定の障害や免疫疾患のある60歳～64歳の人

- ▶ **助成額** ワクチン 4,000円
不活化ワクチン 10,000円

※助成額を超えた額は自己負担

- ▶ **申込方法** 市指定医療機関に電話で申し込み

- ▶ **問い合わせ**
健康増進課 ☎0287(62)7197



帯状疱疹って何？

水ぼうそうに感染したあと体内に潜伏していたウイルスが、免疫力の低下によって活性化し、痛みを伴う赤い発疹と水ぶくれが帯状に発生します。神経痛のような痛みからはじまって、身体の左右どちらか一方の神経に沿って帯状に出現する赤い発疹の皮膚症状と強い痛みがあります。治った後も長い間痛みが残ることもあります。



HPVワクチンキャッチアップ接種は完了しましたか

ワクチンの需要増加により、接種を希望しても受けられなかった人のために、キャッチアップ接種期間を延長します。令和7年3月末までに接種を開始した人は、全3回の接種が無料で完了できます。

- ▶ **接種期間** 来年の3月31日まで
- ▶ **接種場所** 病院、診療所などの市指定医療機関
- ▶ **対象者** 次の条件を満たす人
 - ①平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの人
 - ②令和4年4月1日～令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した人
- ▶ **費用** 無料
- ▶ **申込方法** 市指定医療機関に電話で申し込み
- ▶ **問い合わせ**
健康増進課 ☎0287(62)7197



HPVって何？

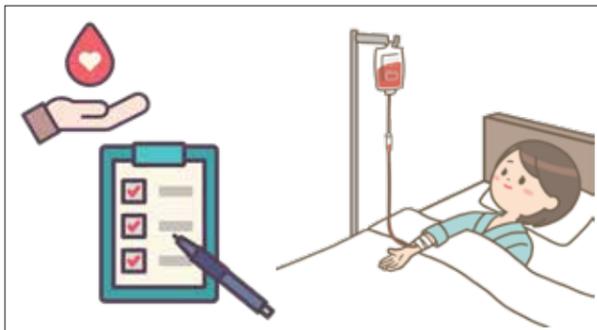
HPVは、ヒトパピローマウイルスといい、子宮頸がんの原因となるウイルスとしてよく知られています。私たちの身の回りのどこにでもいて、人の皮膚や粘膜に感染する、ごくありふれたウイルスです。多くの女性が人生で一度は感染する可能性があると言われており、子宮頸がんだけでなく、膣がん、外陰がん、肛門がんや尖圭コンジローマの原因となります。



あなたの思いやりで助かる人がいます～骨髄提供希望者登録～

県北健康福祉センターでは、骨髄提供希望者の登録を受け付けています。

- ▶ **登録要件** 次の要件を全て満たす人
 - ①骨髄、末梢血幹細胞の提供に関して十分理解し、家族の同意を得ている人
 - ②年齢が18歳以上54歳以下で健康な人
 - ③体重が男性は45キログラム以上、女性は40キログラム以上の人
- ▶ **内容** 問診、血圧測定、採血
- ▶ **とき** 毎週火曜 午前11時～11時30分(要予約)
- ▶ **ところ**
県北健康福祉センター(大田原市本町2-2828-4)
- ▶ **申込方法** 窓口または電話で申し込み



- ▶ **申し込み・問い合わせ**
県北健康福祉センター ☎0287(22)2679



かかりつけ医をもちましょう～とっさの場合などの心強い存在です～



健康に関することを何でも相談できて、必要なときに専門の医師・医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになるかかりつけ医をもちましょう。普段からかかりつけ医をもつことで、病気の予防や早期発見、早期治療につながります。休日や夜間における緊急時*以外は、かかりつけ医などの通常の診療時間に受診しましょう。

〈夜間・休日の診療〉

時間帯	受診先	備考
休日などの昼間	休日当番医 ※日付により異なる	市ホームページから確認
夜間 (午後7時～9時30分)	夜間急患診療所 ※那須赤十字病院内	那須郡市医師会のホームページから確認
夜間 (午後9時30分～)	救急当番病院 ※日付により異なる	

※意識がない、症状が重いと思われる場合は119番で救急車を呼びましょう。それ以外の場合は、時間帯によって受診先が異なります。

- ▶ **問い合わせ** 健康増進課 ☎0287(62)7197

高血圧を予防しましょう

高血圧の状態が続くと、脳や心臓を通る血管を傷つけて大きな病気につながる恐れがあります。高血圧は、減塩をはじめとする食生活や生活習慣の見直しで改善できます。市で行っている健康相談に参加することで、高血圧の予防以外にも、一人一人に合った生活習慣の改善点のアドバイスが受けられます。ぜひ活用してください。

- ▶ **とき・ところ** 裏表紙「健康相談」を確認してください
- ▶ **申込方法** 電話で申し込み
- ▶ **申し込み・問い合わせ**
健康増進課 ☎0287(63)1100



5月31日は「世界禁煙デー」～たばこの健康影響を知ろう～

毎年5月31日は、世界保健機関(WHO)が定める「世界禁煙デー」であり、日本では5月31日から6月6日までを「禁煙週間」としています。たばこは慢性閉塞性肺疾患(COPD)の主な原因で、喫煙者の約2割がCOPDを発症するといわれています。また、「肺の生活習慣病」とも呼ばれ、たばこを吸わない人でも受動喫煙によって発症する可能性があります。



◀「全国統一けむい問模試」(厚生労働省)が受けられます
成績優秀者は認定書がもらえます

〈たばこによる健康への影響(例)〉

- ・喫煙は、がん、脳卒中、虚血性心疾患、糖尿病など病気のリスクを高めます
 - ・他の人のたばこの煙(副流煙)を吸い込む受動喫煙では、喫煙者が吸いこむ煙(主流煙)よりも2～3倍高い濃度の有害物質が含まれており、がんなどの病気のリスクを高めます
 - ・妊娠中の女性の喫煙・受動喫煙は胎児の発育を妨げ、乳幼児の突然死のリスクを高めます
- ▶ **問い合わせ** 健康増進課 ☎0287(63)1100

