

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回限り
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。
図 (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年度分の償還払いは、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

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。
図 障害福祉支援課・内線481

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

費用 無料
申込方法 4月16日(火)午後5時までに電話で。
図・問 がん患者・家族総合支援センター ☎713710800 (月~金曜日 午前10時~午後5時)

認知症の方の「家族のつどいあびこ」
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
図 高齢者支援課 ☎71851112

健康づくり講座
健康づくり支援課 (保健センター) ☎7185-1126

心の健康に関する教室
場所 保健センター
図 障害福祉支援課・内線421

健康づくりうらんど教室
時間 午前10時~11時
図 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(火) 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

4月 各種健診と健康教室

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(火)	平成24年11月生まれ
育児相談(乳幼児の育児)	12日(金)・24日(火)・17日(火)	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人 保健センター
1歳6か月児健康診査	18日(木)	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(木)	平成22年8月生まれ
3歳児健康診査	4・11日(木)	平成21年9月1日~10月10日生まれ
5歳児健康診査	25日(木)	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(火)	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

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

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 市内に住民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。

問・図 ☎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

日本脳炎の積極的動員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



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は減量です。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・夜間に病気になったら:○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