

ご利用
ください

高齢者用肺炎球菌ワクチン予防接種

高齢者の方に肺炎球菌ワクチン予防接種費用の一部を助成します。
なお、このワクチンを初めて受ける方が対象となります。

肺炎球菌とは

肺炎球菌は主に気道の分泌物に含まれる細菌で、唾液などを通じて飛沫感染し、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こすことがあります。肺炎は国内の死亡原因の第3位となっています。また、日常的に生じる成人の肺炎のうち、4分の1から3分の1は肺炎球菌が原因と考えられています。

平成26年10月1日から定期接種になりました

平成26年10月1日から平成31年3月31日までの間に、65歳以上で、下表の年齢に該当する方は、肺炎球菌ワクチンの定期接種を1回受けることができます。定期接種の対象となる方は毎年異なるため、この機会を逃さずご利用ください。

接種対象者には最高6千円を助成

下表の接種対象者に対し、最高で6千円の助成を行います。ただし、接種対象者であっても、過去に接種したことがある方は、助成の対象外となりますのでご注意ください。

接種前に予防接種履歴を必ずご確認ください

過去に高齢者用肺炎球菌ワクチンを接種したことのある人が再接種した場合、注射部位の疼痛や紅斑などが前回接種したときよりも頻度が高く、程度が強く発症するという報告があります。

接種を希望する方は、過去の接種履歴を確認し、接種している場合は、接種を控えるようにしてください。ご自身で確認できない場合は、主治医にご相談

ください。
【参考】①平成23年12月から平成24年3月までの間、日本赤十字社、県、県医師会の共同事業により、町内在住の70歳以上の人对し、高齢者用肺炎球菌ワクチンが無料で受けられる事業が実施されました。②平成24年4月1日から、町の単独事業により、医療機関や社会福祉施設などに入院（入所）している住民で接種を希望する人に対し、当該ワクチンの全額助成を行っています。

接種できる医療機関

- ①町内の医療機関では、西島医院と葛巻病院で接種できます。
- ②町外の医療機関で接種を希望する方は、当該医療機関から接種可能かどうか確認してください。接種可能な場合は、接種に必要な書類を送付しますので、接種予定日の1週間前までに、健康福祉課へご連絡ください。

高齢者用肺炎球菌ワクチンの接種対象者

接種対象者（助成を受けられる人）	接種回数	助成限度額
65歳 [昭和26年4月2日生～昭和27年4月1日生]	1回	6,000円 ※町内の医療機関で接種した場合、自己負担は1,900円となります。 ※接種対象者のうち、生活保護世帯の人は無料で接種できます。
70歳 [昭和21年4月2日生～昭和22年4月1日生]		
75歳 [昭和16年4月2日生～昭和17年4月1日生]		
80歳 [昭和11年4月2日生～昭和12年4月1日生]		
85歳 [昭和6年4月2日生～昭和7年4月1日生]		
90歳 [大正15年4月2日生～昭和2年4月1日生]		
95歳 [大正10年4月2日生～大正11年4月1日生]		
100歳 [大正5年4月2日生～大正6年4月1日生]		
60～65歳未満 [昭和27年4月2日生～昭和31年4月1日生の方で、心臓、じん臓、呼吸器機能などに障がいがある人（身体障がい者手帳1級所持者）]		



この機会に禁煙を考えてみませんか？

5月31日は世界禁煙デーです

喫煙がさまざまな病気の原因になることは、よく知られているところです。がんリスクを高めるだけでなく、脳卒中や心臓病、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、さらには肌の老化までもが喫煙の関連疾患であることが分かっています。禁煙すると健康に良いことは確かですが、禁煙のメリットには健康面だけではなく、いろいろあることをご存じでしょうか？

禁煙メリット① 経済面からみた良いこと

禁煙のメリットには健康に良いことだけではなく、経済面でもメリットがあります。例えば、タバコを1日1箱吸っている人が、禁煙するとそのお金でいろいろなことができようになることができます。禁煙を通して、これまでできなかったことにチャレンジしてみたいかがでしょうか？

禁煙メリット② 仕事面からみた良いこと

ある調査で喫煙と業務中のけがの関連を調べたところ、タバコを吸う人は、吸わない人に比べ、業務中のけがのリスクが約1.5倍になることが分かりました。【出典】守田祐作、田中完、今野由将、太田雅規、大和浩、第23回日本産業衛生学会産業医・産業看護全国協議会（2013）

タバコがけがにつながる要因には、①ニコチン濃度の低下による注意散漫、②バランス感覚の障がい、③認知機能の低下、④睡眠障がいなどが関係していると考えられています。

この調査では年齢や性別、現

場での作業時間など関係なく、喫煙は仕事中のけがの危険因子であるとされており、喫煙のリスクは健康面だけではないと考えられます。安全に仕事を行う上でも、禁煙は大事であると言えます。

禁煙への第一歩を踏み出してみませんか？

禁煙初日から4日目までは身体からニコチンが抜ける際に起こる「禁断症状」が強く現れます。禁断症状には、吸いたくなる、イライラする、集中力が低下する、頭がぼんやりする、眠くなるなどがあります。

しかし、これらはむしろ健康回復のサインでもあるので、禁断症状に上手く対処しましょう。この時期を乗り越えた人の半分は禁煙に成功しています。この禁断症状は長くても2～3週間消失します。

- 禁断症状を上手に乗り切るために次のような解消法がありますので、自分に合った方法を見つけて対処しましょう。
- ▽深呼吸する
- ▽ガムを噛む
- ▽水やお茶を飲む
- ▽散歩する
- ▽歯を磨く
- ▽整理整頓をする

葛巻病院からのお知らせ

「糖尿病教室」を開催します

あなたや家族が糖尿病になったら、病気とどう付き合いますか？葛巻病院では、今年度第1回目の糖尿病教室を次のとおり開催します。

教室では、当院内科の阿部郁夫医師が、糖尿病について分かりやすく解説します。

どなたでも自由に参加できますので、ぜひご来場ください。詳しくは葛巻病院（☎66・2311）へお問い合わせください。

日時

5月13日（金）
午後2時～午後2時40分

場所

葛巻病院1階「講堂」

※今年度から月1回の開催となります。

※6月、7月、8月も開催します。

