

## みんなで楽しくステップ!

健康づくり推進員による健康アップのためのレクレーションを行います。誰でも参加できますので、動きやすい服装でお越しください。

- ▼とき 11月18日(月) 13時30分から15時30分まで
- ▼ところ 市保健センター
- ▼内容 「知っているのとためになる健康クイズ」、「楽しく体を動かすゲーム」など
- ▼問い合わせ先 市保健センター



## 小児用肺炎球菌ワクチンの変更について

11月1日から小児用肺炎球菌ワクチンが「沈降13価肺炎球菌結合型ワクチン」に変わります。また、接種時期なども次のように変わりますので注意してください。

- ①接種時期  
 (初回接種開始時に生後2カ月以上7カ月未満にある人の追加接種について)
- 初回接種終了後60日以上の間隔

をおいた後であって、生後12カ月以降に行う

(初回接種開始時に生後7カ月以上12カ月未満にある人)  
 初回2回目の接種は、生後13カ月未満に行うこととし、それを超えた場合は行わない。

②定期接種対象期間に、長期にわたり療養を必要とする疾病など特別の事情により、予防接種を受けることができなかったと認められる人については、6歳に達するまでの間、定期接種として予防接種を受けることができます。

接種を希望される場合は、市保健センターへ連絡してください。



## HIV検査の実施について

県では、HIV(エイズ)抗体検査を実施します。検査は匿名で受けられますが、事前予約が必要です。

- ▼とき 12月3日(火) 14時から19時30分まで
- ▼ところ 県南保健所
- ▼費用 無料

▼申し込み・問い合わせ先 県南保健所 (☎3289)

## 大腸がん検診の受付は11月までです

市では、大腸がん検診を実施しています。検診は、採便した容器を医療機関に提出するだけの負担の少ない検査です。まだ、受診していない人は、ぜひ毎年受けましょう。

▼対象者 40歳以上の市民(職場検診などがない人)

▼受付期間 11月30日(土)まで

▼受付場所 市保健センター、有明保健センター、市医師会指定医療機関

▼費用 600円(70歳以上の人、後期高齢者医療制度被保険者、市民税非課税世帯は無料)

## 特定健診

まだまだ受けられます!

特定健診はもう受けましたか。特定健診は、生活習慣病の発症を未然に防ぐことや、病気の早期発見を目的とした健診です。まだ、受診が済んでない人は、早めに受診してください。

▼会場および日程(下記のとおり)

- ①集団健診(追加健診日程)

※集団健診と同時に、結核・肺がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査を受けることができます

日付	会場	受付時間
11月6日(水)	島原市保健センター	13:00~14:00
11月7日(木)	安中公民館	
11月8日(金)	有明保健センター	
11月11日(月)	白山公民館	
11月12日(火)	森岳公民館	

- ▼健診料 無料
- ▼持参品 島原市国民健康保険証、特定健康診査受診券(持っていない人は再発行します)介護保険証(持っている人のみ)
- ▼問い合わせ先 市保健センター  
有明保健センター

※今年度すでに受診済みの人は除きます

風しんにかからない・うつさないために

今月のテーマ

■ 当番医 診療時間 午前9時～午後6時

■ 当番歯科医 診療時間 午前9時～正午

日	医療機関	電話番号
3日(日)	魚住医院 城内一丁目	63-2286
	酒井外科胃腸科医院 宮の町	62-6655
	愛野記念病院 雲仙市愛野町	36-0015
	まつおデンタルクリニック 北門町	65-0233
4日(月)	坂本内科医院 親和町	63-4641
	水田小児科医院 親和町	62-7177
	高城病院 中野町	62-3105
	松本医院 雲仙市愛野町	36-0053
10日(日)	喜多歯科医院 中町	62-4745
	くすのきクリニック 有明大三東	68-5500
	いとう整形外科 広馬場町	61-0110
	中村眼科医院 雲仙市愛野町	36-1060
17日(日)	吉田歯科医院 上の町	62-5026
	喜多内科医院 弁天町二丁目	62-5101
	山口外科胃腸科医院 大手原町	62-3200
	愛野診療所 雲仙市愛野町	36-0009
23日(土)	はらぐち歯科医院 上の町	62-4361
	おかもと内科 柏野町	65-0500
	石橋こどもクリニック 新町一丁目	65-0008
	かわはら内科胃腸科医院 坂上町	62-5413
24日(日)	松尾胃腸科外科医院 雲仙市国見町	78-1000
	まき歯科 上新一丁目	64-5077
	しろたに内科クリニック 北門町	65-0222
	西村クリニック 下川尻町	62-0888
12月1日(日)	梅津医院 雲仙市国見町	78-5156
	宮崎歯科医院 萩原二丁目	62-1180
	池田病院 湖南町	62-5161
	土井外科胃腸科医院 中町	62-6305
	本田医院 雲仙市国見町	78-2768
	いなだ歯科 加美町	62-2901

※都合により変更となる場合があります

● 小児の日曜診療所 ●

☎63-0202 (受付時間のみ)

※必ず電話受付後、来院をお願いします

- 対象者 中学生以下の小児 (内科疾患のみ)
- 診療場所 長崎県島原病院小児科外来室
- 診療時間 土曜日の 18:00～日曜日の 17:00
- 受付時間 土曜日の 17:30～日曜日の 16:30

健康テレホンサービス

TEL 0120-555-203  
TEL 095-826-5511

11月	月	□内乾燥症
	火	危険な頭痛
	水	熱冷ましの上手な使い方
	木	耳鼻科と嚥下障害
	金	睡眠薬の使い方
	土・日	血尿

風しんは、風しんウイルスによる感染症で、流行は、春先から初夏にかけて多くみられます。潜伏期は、2～3週間で、軽いかぜ症状ではじまり、発疹、発熱、後頸部リンパ節腫脹などが主症状です。一般的には「三日はしか」といわれることもある病気ですが、大人がかかると関節炎など症状が重く、1週間以上休まなければならぬ場合もあります。

風しんの免疫がない人の中に患者が1人いた場合、インフルエンザでは1～3人にうつすといわれていますが、風しんでは5～7人にうつすといわれているため、流行の防止には、みなさんの協力が必要です。

■ 先天性風しん症候群

風しんに免疫のない女性が妊娠に気づきにくい妊娠初期から、妊娠6カ月ごろまでに風しんに感染した場合、胎児に感染し、先天性風疹症候群と総称される難聴や心疾患、白内障などの障がいを高率で招く危険があります。

風しんの流行により、先天性風しん症候群として生まれる赤ちゃんが増えることが危惧されています。

- 風しんを防ぐためにできること
1. 早めの受診と対応を  
顔から全身に広がる小さな発疹や発熱、首の後ろ側のリンパ節が張れたときは、出歩かず、電話でかかりつけ医に風しんの可能性を伝えて、相談してください。発しんが消えるまでは、職場などへの外出は控えてください。
  2. 風しんの予防接種を受けましょう  
定期予防接種の対象者は、1歳および小学校入学前の1年間の子どもです。
  3. 風しんから妊婦を守りましょう  
特に、①妊婦の夫②10代後半から40代の女性 (特に妊娠希望

■ インフルエンザに備えよう

これから、インフルエンザの流行期に入ってきます。流行前に、ワクチン接種での発症予防を検討してください。また、流行期には、帰宅後「手洗い」「うがい」を行い、マスクを効果的に使って予防に努めましょう。

または妊娠する可能性の高い人、③出産後すぐの女性のうち、抗体価が不十分な人は、任意での予防接種を受けることを検討してください。

最も大事なことは、皆さんの周囲の女性を風しんから守ることです。家族、職場、地域の女性とその赤ちゃんを守るために、風しんの流行防止に協力してください。