

# 保健センターだより



## 高齢者インフルエンザ予防接種

### 対象者

① 65歳以上の方

② 60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓または呼吸器機能に一定の障がいのある方。ヒト免疫不全ウイルスにより日常生活がほとんど不可能な程度の障がいのある方（身体障害者手帳1級相当の方）。

※対象者には9月下旬に個別通知します。

### 接種期間

10月1日(木)から令和3年1月31日(日)  
 ※ただし接種開始日および終了日はワクチンの在庫状況等により医療機関で異なる場合があります。

接種費用 自己負担額 1,200円

(町負担分3,453円)

※65歳前に接種した場合は、全額自己負担となりますのでご注意ください。

※町民税非課税世帯と生活保護世帯

今月の健康俳句 梅雨明けや腰折り結ぶ靴のひも 土川 喜一郎 今月の健康川柳 居眠りのテレビへ妻の声が飛ぶ 吉田 雄亮  
 ※このコーナーは、大口俳句会・大口川柳クラブの皆さんのご協力により、「こころ」の健康づくりの一翼を担っていただいています。

の方は、事前に申請すると自己負担金が免除されます。接種する前に健康生がい課で申請してください。(持ち物：保険証等本人確認ができる書類、スタンプ式以外の印かん、郵送された予診票) 郵送による申請も受付します。詳しくは健康生がい課へお問合せください。申請をされない方は、直接医療機関に1,200円をお支払いの上接種してください。

## ロタウイルス感染症の予防接種の定期予防接種開始について

開始日 10月1日(木)より

対象者 令和2年8月1日生まれ以降のお子さん

ワクチンの種類および回数

ロタリックス2回またはロタテック3回を経口接種します。

接種費用 無料

※対象となるお子さんには、出生時にお渡しした予診票の綴りにご案内を同封していますのでご確認ください。



## 予防接種の接種間隔の変更について

予防接種法施行令の一部改正により、10月1日から異なる予防接種の接種間隔が変更となります。

### 接種間隔

異なる予防接種の接種間隔

#### 注射生ワクチン

BCG・MR(麻しん風しん混合)・麻しん・風しん・水痘・おたふくかぜ

27日以上おく

注射生ワクチン

制限なし

経口生ワクチン  
不活化ワクチン

#### 経口生ワクチン

ロタウイルス感染症

制限なし

注射生ワクチン  
経口生ワクチン  
不活化ワクチン

#### 不活化ワクチン

DPT-IPV(四種混合)・DPT(三種混合)・DT(二種混合)・ポリオ・ヒブ  
 小児用肺炎球菌・日本脳炎・B型肝炎・ヒトパルボウイルス(子宮頸がん予防)  
 高齢者用肺炎球菌・インフルエンザ

制限なし

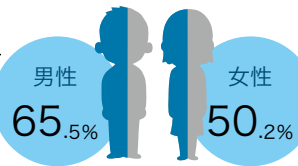
注射生ワクチン  
経口生ワクチン  
不活化ワクチン

※ただし、同一種類のワクチンを複数回接種する場合において、それぞれ接種の間隔について定めがあるため、定めに従って接種してください。

# がんを予防しましょう！

がんは日本における死因の第1位となっており、死亡数は年々増え続けています。

生涯のうちにがんにかか  
るリスク  
(2017年)



約2人に  
1人

生活習慣を見直すことで、  
がんを予防することができます！

## がんを防ぐための新12ヶ条

あなたのライフスタイルを**チェック**！そして今日から**チェンジ**！

<p><b>1 たばこは吸わない</b></p> <p>たばこは、吸っている本人だけでなく、周囲にも健康被害をもたらします。</p>	<p><b>2 他人のたばこの煙をできるだけ避ける</b></p>	<p><b>3 お酒はほどほどに</b></p> <p>1日あたりのお酒の目安</p> <p>日本酒：1合 ビール：大瓶1本 焼酎、泡盛：1合の2/3 ウイスキー・ブランデー：ダブル1杯 ワイン：ボトル1/3程度</p>	<p><b>4 バランスのとれた食生活を</b></p>
<p><b>5 塩辛い食品は控えめに</b></p> <p>男性：8g未満 女性：7g未満 ※高血圧の方は、6g未満にしましょう</p> <p>1日あたりの食塩の目安</p>	<p><b>6 野菜は果物は豊富に</b></p> <p>野菜：350g (小鉢5皿) 果物：50g (小鉢1皿)</p> <p>1日あたりの摂取目安</p>	<p><b>7 適度に運動</b></p>	<p><b>8 適正な体重維持</b></p> <p>BMI 男性：21.0～26.9 (中年) 女性：21.0～24.9</p> <p>BMI = 体重kg / 身長<sup>2</sup>m<sup>2</sup></p>
<p><b>9 ウイルスや細菌の感染予防と治療</b></p>	<p><b>10 定期的ながん検診を</b></p>	<p><b>11 身体の異常に気が付いたらすぐに受診を</b></p>	<p><b>12 正しいがん情報で、がんを知ることから</b></p>

出典：がん研究振興財団「がんを防ぐための新12か条」

## 現在、下記の医療機関でがん検診を受けられます

各検診は1年度に1回のみ受けることができます。

実施期間は令和3年1月31日まで

検診の種類	対象	費用	今井医院	さくら総合病院	さのクリニック	すずいクリニック	みどりクリニック	やまだクリニック	山田外科内科	伊藤整形・内科健診センター	総合犬山中央病院	江南厚生病院
			☎95-2534	☎95-6711	☎94-0222	☎96-1114	☎95-0881	☎94-1333	☎96-6000	☎92-3382	☎0568-8246	☎51-3330
結核・肺がん検診	20歳以上の方	500円	●	●	●	●	●	●	●			
胃がん検診 (X線)	20歳以上の方	2000円	●	●		●	●	●	●			
大腸がん検診	20歳以上の方	500円	●	●	●	●	●	●	●			
子宮頸がん検診	和暦偶数年生まれあるいは無料クーポン券対象者で20歳以上の女性	1000円								●	●	●
乳がん検診 (マンモグラフィ)	和暦偶数年生まれあるいは無料クーポン券対象者で35歳以上の女性	1500円		●						●	●	●
乳がん検診 (超音波)	20歳以上の女性	1500円		●		●			●	●	●	●

## 10月の集団がん検診

前立腺がん検診 10/6(水) 午前 (50歳以上の男性)

子宮頸がん検診 10/19(月) 午前・午後 (和暦偶数年生まれあるいは無料クーポン券対象者で20歳以上の女性)