

津市第2次健康づくり計画分野別の取り組み **感染症を予防しよう**

冬は、インフルエンザや急性胃腸炎などの感染症や食中毒が多く発生します。これらは細菌やウイルスが原因です。ウイルスは冬の寒く乾燥した環境に強く、特にノロウイルスやインフルエンザウイルスによる感染症が多く起こります。抵抗力の弱い子どもやお年寄りでは重症化しやすいため、注意が必要です。

感染症の予防の基本は、ウイルスなどを寄せ付けないための「手洗い」です。外出後やトイレの後、食事の調理前、食事前など、小まめな手洗いを心掛けましょう。

～感染しないために手洗いをしよう！～



**MR (麻しん・風しん) 第1期・第2期と
DT (ジフテリア・破傷風) 第2期のご案内**

対象者は忘れずに受けましょう。

MR第1期 公費負担の対象年齢は1歳以上2歳未満

MR第2期 平成25年度の対象者は平成19年4月2日から平成20年4月1日生まれまでの人(保育園や幼稚園などの年長児に相当する年齢の人)で、公費負担の接種期間は来年3月31日まで

DT第2期 公費負担の対象年齢は11歳以上13歳未満

※予診票がない人は各保健センターへお問い合わせください。

- **麻しん**…「はしか」とも呼ばれ、肺炎・中耳炎を合併しやすく、患者1,000人に1人の割合で脳炎が発症するといわれています。
- **風しん**…妊娠初期にかかるると、おなかの中の赤ちゃんに、心臓の病気や、目や耳の障がいが生じることがある病気です。

- **ジフテリア**…喉の奥に、偽膜と呼ばれる膜ができ、窒息することもあります。
- **破傷風**…土の中にいる菌が傷口から体の中に入ることによって感染します。菌の出す毒素により、けいれんを起こすことがあります。

～健やかな妊娠と出産のために～ **“妊婦一般健康診査”**を受けましょう

市では、妊娠届出時に母子健康手帳などとともに「母子保健のしおり」を交付しています。「母子保健のしおり」に添付されている妊婦一般健康診査受診票を持参すると、県内医療機関等で14回分の健康診査受診費用の助成が受けられます。また、県外の医療機関等で受診する場合も費用の一部が助成されますが、事前に保健センター窓口または電話で申請が必要です。

妊婦一般健康診査はおなかの中にいる赤ちゃんの成長や、妊娠による妊婦の体の変化を確認するために行うものです。定期的に受診し、医師や助産師などの専門家のアドバイスを受けて、積極的に健康管理に取り組みましょう。

中央保健センター、一志保健センターでは、妊娠中の過ごし方や健康づくりなどの内容でマタニティー倶楽部を開催しています。
妊婦同士で交流し、楽しい時間を過ごしませんか。



津市母子保健推進員
イメージキャラクター
“つぼみん”