

予防接種は お済みですか？

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

対象者は県内の協力医療機関で受けましょう。
※予診票を持っていない人は各保健センターへお
問い合わせください。

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 令和元年度の対象者は、平成25
年4月2日～平成26年4月1日生まれ(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令和2年3月
31日(火)まで

DT第2期 公費負担の対象年齢は11歳以上
13歳未満

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。国内でもかかる人
がみられます。

風しん…発疹・熱が主症状で妊娠早期にかかる
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。
平成30年からかかる人が増えています。

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
ことで感染します。菌の出す毒素により、けい
れんを起こすことがあります。

子どもの予防接種を 受けるときは…

予防接種により免疫をつくることで感染症などの病気が予防できま
す。接種間違いを防ぐために、保護者は、子どもの氏名・年齢・受け
る予防接種の種類を医師にきちんと伝えましょう！
母子健康手帳、予診票は必ず持参しましょう。

9月は健康増進普及月間です！ ～健康寿命を延ばしましょう！～

1に運動、2に食事、しっかり禁煙、さいごにク
スリ

元気で自立した生活を送れる期間「健康寿
命」の延伸が大きな課題となっています。日常
の運動習慣や食事、禁煙などの生活習慣を見つ
め直し、生活習慣病になりにくい体づくりを行
いましょう。

健康な生活を送るためのコツ

毎日10分の運動を～苦しくならない程度の早
歩きを～

1日350グラムの野菜を～いつもの量にプラス
1皿の野菜を取りましょう～

禁煙で健康寿命を延ばそう～禁煙はがんや脳卒
中などの生活習慣病のリスクを減らします～



9月はがん征圧月間

今年度の津市のがん検診は7月から始まっていますが、皆さんはもう受診しましたか？

がんは、日本人の2人に1人がかかるといわれていますが、早期発見・早期治療で90%以上が治る病気です。「健康だから大丈夫」「忙しい」「面倒」と思わずに、自覚症状がない今こそ、自分のため、大切な人のためにがん検診を受けましょう！

また、がん検診を受けて「要精密検査」と判定された場合には、必ず医療機関で詳細な検査を受けましょう。

結核予防週間 9月24～30日

「体がだるい」「咳が治らない」などの症状はありませんか？風邪かなと思うような症状が続いたら結核かもしれません。早めに医療機関で受診しましょう。

結核は、現在でも国内で年間1万7,000人が新たに発症している感染症で、過去の病気ではありません。きちんと薬を飲めば治るので、早期に発見し治療を始めることが大切です。

おわび 広報津7月16日号折り込み紙健康づくりだよりの「津市がん検診精密検査結果(平成29年度分)」の表中、受診者数に一部誤りがありました。正しくは胃がん「2万4,568人」、大腸がん「2万9,418人」です。おわびして訂正します。