



保健福祉だより

◎保健福祉課
TEL01456-2-6183
◎日高総合支所住民生活課
TEL01457-6-3173

結核にご用心!!! 長引くせきは赤信号

結核は、過去の病気と思われるがちですが、昨年も全国で約2万5千人が新たに発病し、約2千人が命を落としている、日本最大の感染症です。日高管内では、ここ数年をみても毎年10名弱、日高町でも毎年数名が新たに発病しています。いつでも、誰でも感染、発病のおそれがあり、同時に他人にも感染させる可能性があります。近年では、若い世代での集団感染や高齢者での発病の増加、重症化が問題となっています。

9月24日から30日は結核予防週間となっています。ぜひこの機会に結核について正しい知識を身につけましょう。

「結核」ってどんな病気?!

結核は、「結核菌」という細菌が主に肺の中に入ることによって起こる病気です。結核を発病している人が、せきやくしゃ

みをする、しぶきとともに結核菌が飛び散り、それを他の人が吸い込むことにより感染します。ただ、結核菌を吸い込んでも必ず感染するわけではありません。健康であれば、菌を吸い込んだ後、免疫によって結核菌を抑え込んでしまいます。体力が低下していたり、他の病気になって免疫機能が働かなくなるなどして抵抗力が落ちると抑え込まれてきた結核菌が再び活動をはじめ、発病する可能性があります。

どんな症状がでるの?

初期の症状はせき、たん、発熱など風邪に似ていますが、それが2週間以上続いたり、良くなったり悪くなったりを繰り返すのが特徴です。2週間以上、せきやたんが続くようなら、早めに医療機関を受診しましょう。

どうやって治療するの?

昔は、良い薬がなかったため、長期の入院が必要でしたが、現在は有効な薬が開発され、3〜4種類の薬を6〜9か月間服用することで、短期間に治すことができます。薬をやめると、結核菌が薬に対して抵抗力を持ってしまう、薬が効かなくなってしまう、大切なことは、結核と診断されたら最後まで薬を飲み続けることです。

結核にならないために

免疫力が低下しないように、規則正しい生活をこころがけましょう。また、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠、適度な運動が大切です。

乳幼児は抵抗力が弱く、結核菌に感染すると重症化しやすくなります。乳幼児への結核予防は、BCGの予防接種が有効です。生後3か月から6か月までの間に予防接種を受けましょう。

また、早期発見、早期治療は、本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や職場などの感染の拡大を防ぐために重要です。年に1回は定期検診等で胸部レントゲン検査を受けるようにしましょう。

(保健師 倉見)

「特定健診」を受けましょう

日高町国民健康保険に加入されている今年度40歳から74歳になる方は、特定健診の対象者です。

特定健診は、生活習慣病を引き起こすメタボリック症候群(内臓脂肪型肥満)の改善と予防がねらいです。また、メタボに該当する方には特定保健指導の利用をお勧めしています。

実施期間は、平成23年3月31日までですので、集団健診か通年受けられる個別健診をご利用下さい。

年1回、自分のため、家族のため、健康で生活できるよう、是非受診下さい。

- ・対象となる方へ、個人宛の通知を送りました。必ず開封し、中をご確認下さい。
- ・4月商工会の巡回検診を受診され結果提出の了承をいただいた方、ご理解・ご協力ありがとうございました。

【お問い合わせ・申込み】

日高町役場 保健福祉課 電話 01456-2-6183
日高総合支所住民生活課 電話 01457-2-3173



高齢者肺炎球菌予防接種費用の助成が始まります！！

～ 10月1日スタート ～

町では、高齢者の肺炎予防のため、肺炎球菌予防接種の一部助成を行います。

肺炎球菌ワクチン予防接種とは

高齢者の肺炎の中で、最も頻度の高い「肺炎球菌」という細菌感染を予防するワクチンです。肺炎球菌ワクチンは、すべての肺炎に有効ということではありませんが、接種することにより、肺炎球菌による肺炎の8割に効果があるといわれています。

肺炎球菌ワクチンの効果は

ワクチンの接種後、免疫ができるまでに平均3週間ほどかかります。また、1回の接種で免疫効果は5年以上にわたって持続するといわれています。

肺炎球菌に対する免疫ができると、肺炎にかかっても軽い症状ですむ効果があります。

肺炎球菌ワクチン予防接種を受けるにあたっては

予防接種は体調の良いときに受けることが原則です。また、安全に予防接種が受けられるように、かかりつけの医師と相談の上、予防接種の効果や副反応について、十分理解していただき、予防接種を受けることをお勧めします。

予防接種費用の助成について

- 【対象者】 日高町に住所を有する方で接種日現在満70歳以上の方
- 【開始時期】 平成22年10月1日から
- 【助成額及び回数】 5,000円で生涯1人1回
- 【助成方法】 接種の申し込みは、医療機関に直接お問い合わせください。指定医療機関の申し込み方法については広報9月号に掲載します。
- ①指定医療機関で接種した場合：町から1人につき5,000円を医療機関に支払いますので、予防接種を受ける方は、医療機関が定める金額から5,000円を差し引いた額を自己負担として医療機関窓口で支払ってください。
- ②指定医療機関以外で接種した場合：償還払いとなります。領収書、予防接種済証、印鑑を持参し、助成の申請を受付窓口で行ってください。
- 【指定医療機関】 日高国保診療所、鎌田病院、富川駅前クリニック、門別国保病院、勤医協厚賀診療所
- 【償還払受付窓口】 本庁保健福祉課、総合支所住民生活課、水・くらしサービスセンター、厚賀出張所
- *対象にならない方は、これまでどおり全額自己負担となります。***
- 【問い合わせ先】 本庁保健福祉課健康づくりグループ 電話01456-2-6183
総合支所住民生活課健康・保険・介護グループ 電話01457-6-3173

平成22年度 思春期保健相談

静内保健所では、思春期（小学生～高校生）におこるさまざまな悩みや困りごと（学校に行けない、リストカット、人間関係、暴力など）のある本人や家族、関係者を対象に思春期保健相談をおこなっています。

日 時： 随時（相談希望があった時に日程を調整します）

年3回（予定） 13:30～16:30

場 所： 静内保健所（原則）

相談担当： 北海道メンタルケアセンター 心理士

料 金： 無料

申し込み： 静内保健所健康推進課 主査（子育て支援・相談）または精神保健福祉担当保健師
電話 0146-42-0251

★思春期保健相談日の他に、随時電話または来所相談をおこなっています。

保健師が対応しています。直接、静内保健所にご相談ください。

★思春期相談以外に「こころの健康相談」（毎月第1金曜日・予約制・精神科医師による相談）を開催しております。詳しくはお問い合わせください。