

高齢者用肺炎球菌予防ワクチン

## 75歳以上に接種費用の一部を助成

高齢者の肺炎球菌に起因する肺炎の発症および重症化を予防するために、肺炎球菌ワクチン接種費用の一部助成を行います。ただし、匝瑳市指定の医療機関で接種する場合のみ助成対象となります。

費用の助成を希望する人は、健康管理課で手続きをしてください。

**助成開始日**：6月1日(金) )  
**助成対象者**：75歳以上の人  
※過去5年以内に肺炎球菌ワクチン予防接種を受けていないこと

いこと

**助成金額**：

2千円

**助成方法**：

健康管理課へ電話でお申し込みください。

後日、予約票を郵送します。指定の医療機関に電話で予約をして接種します。

医療機関で2千円を引いた額が請求されますので、お支払いください。

**問 健康管理課 ☎ 73・1200**



### ◆指定医療機関 (50音順)

医療機関名	住 所	電 話
石井医院	匝瑳市八日市場ハ574-2	73-2150
小川内科	匝瑳市八日市場イ2783	73-2658
九十九里ホーム病院	匝瑳市飯倉21	72-1131
越川医院	横芝光町宮川2380-1	84-0103
佐藤クリニック	匝瑳市八日市場イ2735-4	73-5567
椎名医院	匝瑳市八日市場イ2943	72-0032
椎の木台耳鼻咽喉科	匝瑳市八日市場イ2522	72-2332
城之内医院	匝瑳市東小笹86	72-4511
鈴木医院	匝瑳市椿706	72-0012
匝瑳外科医院	匝瑳市八日市場イ1994	72-0178
匝瑳市民病院	匝瑳市八日市場イ1304	72-1525
東葉クリニック	匝瑳市八日市場イ16-1	73-3311
東陽病院	横芝光町宮川12100	84-1335
野沢医院	匝瑳市八日市場イ2399-6	73-2245
はしば医院	匝瑳市今泉485	67-5720
檜垣内科循環器科医院	匝瑳市八日市場イ56-3	73-2552
福島医院	匝瑳市八日市場イ202	72-0175
藤田病院	匝瑳市八日市場ホ3292	72-0308
守医院	匝瑳市椿1268	73-5511

6月4日から口腔保健週間です

## 歯磨きは丈夫な体の第一歩

### ◆基本の歯磨き

毎日、歯磨きしているのに、むし歯や歯周病になってしまったという人が少なくありません。「磨いている」と「磨けている」は違います。

#### 【歯磨きの五つのポイント】

- ①力を入れず軽くブラッシング(5mm程度の細かい振動)
- ②毛の部分が小さめの歯ブラシで磨く
- ③一筆書きの要領で歯と歯肉の境目も磨く
- ④夜、寝る前は特に丁寧に
- ⑤磨き残しがないように順番

を決める

【歯垢がつきやすい4大ゾーン】

- ①奥歯の後ろ
- ②下の前歯の裏
- ③奥歯の噛み合わせの溝
- ④奥歯の裏

歯磨きの方法はその人の歯の形・並び方によって異なります。

市では、成人歯科健診であなたにあった歯の磨き方を歯科衛生士がアドバイスします。「歯周病」チェックとともに、ぜひ受診しましょう。

## 人間ドックを受けませんか

あなたの健康は家族のしあわせ

国民健康保険加入者で、次の資格要件に該当する人は、検査費用の30%の負担で人間ドックが受けられます。

### ◆資格要件

- ①国保加入期間が1年以上
- ②受検時の年齢が30歳以上
- ③国民健康保険税完納世帯
- ④前回の受検から概ね1年以上経過
- ⑤特定健康診査の受診予定が

本年度ない人

### ◆検査機関および申込窓口

匝瑳市民病院 ☎ 72・1525

### ◆負担額(日帰りコース)

男性(50歳以上)：15,220円

女性(50歳未満)：14,320円

※費用の70%を市が負担したあとの金額です。

### 問 市民課国保年金班

☎ 73・0086



### ◆8020運動標語・作文募集

80歳で20本の歯を保つことを目的とした8020運動の標語と作文を募集します。

**内容**：むし歯や歯周病にならないように実践していることや考えていること(作文は400字詰め原稿用紙5枚以内) **応募方法**：住所・氏名を記入の上、6月14日(木)までに健康管理課へ郵送(〒289-2144 匝瑳市八日市場イ2408-1) ※小・中学生は各学校へ

**問 健康管理課 ☎ 73・1200**

## わんぱくフッキング

親子で楽しくお料理しませんか

**期日**：7月27日(金)、8月30日(木)、9月28日(金)、10月25日(木)、11月27日(火) ※1回のみ参加も可

**対象**：2歳以上のお子さんとその保護者

**時間**：9時30分～12時

**場所**：生涯学習センター

**申し込み・問い合わせ**：健康管理課 ☎ 73・1200

## 市民病院 女性外来

増田眞希先生インタビュー

皆さんは市民病院で『女性外来』を実施していることはご存じでしょうか？

女性ならではの悩みや不安などの相談に応じるものですが、まだまだ診療内容について知られていないのが実情です。そこで女性外来担当医の増田眞希先生(総合内科医)にいろいろ伺ってみました。

気の診察というイメージがありますが、本来どのような症状があったら相談すべきなのでしょう？

基本的に不安なこと、悩んでいること、どんな症状でもご相談いただいて大丈夫です。総合窓口だと思っていただければよろしいです。症状に応じて必要な専門の診療科をご紹介します。

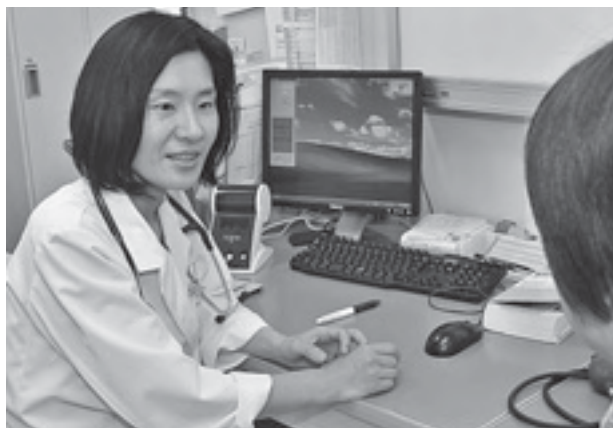
『女性外来』というと女性特有の乳房や産婦人科系の病

例えば、乳房にしこりがあるのだけれど、男性の医師には相談しにくいといった場合でもご相談に応じます。気軽に利用していただければと思います。

現在ほどのような方が女性外来を訪れているのですか？

更年期障害と診断されているいろいろな薬飲んでいてのだけれどなかなか良くならないといった方や、うつ状態で悩んでいる方などいろいろな方が話を聞いて欲しいといらっしゃいます。

相談を受ける増田先生



市民病院には「産婦人科」がありませんが、婦

◆市民病院の女性外来  
毎週木曜日9時〜11時  
対応時間1人15分〜30分  
※予約制

## 病気と治療あれこれ

### 犬に咬まれたら

外来では『犬に咬まれたので狂犬病のワクチンを打ってほしい』と来院される患者さんが多くいらっしゃいます。

日本国内では狂犬病予防法の制定される1950年以前、多くの犬が狂犬病と診断され、人も狂犬病に感染し死亡していました。

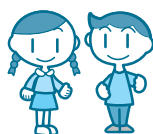
このような状況のなか、狂犬病予防法が施行となり、犬の登録・予防注射の徹底で、わずか7年間で狂犬病を撲滅することができ、昭和31年を最後に日本での狂犬病の発生はありません。

したがって、日本国内で犬に咬まれても、人に対しての狂犬病発生予防ワクチンの接種は基本的に必要ないのです。犬に咬まれたときは、流水で傷口をよく洗い、すぐに病院へ行き医師の処置と指示を受けましょう。

ただし、海外での狂犬病の発生は現在も報告されているため、海外で犬に咬まれたときは現地の病院または、帰国時に検疫所に申し出が必要で

ふれあい看護体験

## キッズナーース募集



市民病院では「やさしい心を育てよう」をキャッチフレーズに今年もキッズナーース

昼食：軽食を用意(保護者は500円をご負担いただきます)

のふれあい看護体験を実施します。参加ご希望の人は下記までお電話でお申し込みください。

参加費：無料(プレゼントがあります)  
申込締切日：6月18日(月)

日時：6月23日(土) 10時30分〜13時30分

※かわいい白衣を貸与しますので、申し込み時に身長を伝えてください。

対象者：4歳〜15歳の男女(保護者の見学もできます)

申込先：市民病院看護部 ☎72・1525

※このページに関する問い合わせは市民病院 ☎72-1525へ