

みんなで健活!!

【問い合わせ】健康増進課(保健センター ☎282-2797)



ワクチン接種と定期検診で 子宮頸がんを予防しましょう

子宮頸がんは、主にヒトパピローマウイルス(H P V)に感染することにより発症します。今回は、子宮頸がんの予防に効果的なワクチン接種と定期検診についてご紹介します。

●子宮頸がんワクチンの積極的勧奨が再開されました

子宮頸がんワクチンの定期接種は、小学6年生から高校1年生相当までの女性を対象として平成25年4月に開始されました。しかし、因果関係が不明な副反応の報告があったため、同年6月、積極的な勧奨が中止となりました。その後、約8年にわたり中止していましたが、国内や海外の調査等で有効性や安全性が確認されたため、令和4年4月から積極的勧奨が再開されることとなりました。

	対 象	接種可能期間	その他
定期接種	小学6年生から高校1年生相当までの女性の方	小学6年生の4月1日から高校1年生相当の3月31日まで	4月から5月にかけて、 <u>中学1年生から高校1年生相当までの女性の方へ接種券(予診票)</u> を送付しました。※小学6年生で接種を希望する方は、保健センターへお問い合わせください。
キャッチアップ接種※	平成9年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた女性の方	令和7年3月31日まで	6月に、対象の方へ案内を送付しました。接種を希望する方は、保健センターへお問い合わせください。

※キャッチアップ接種とは、積極的勧奨が中止されていた期間に接種を受けないまま定期接種対象年齢を過ぎた方を対象に行うワクチン接種のことです。

●定期的に子宮頸がん検診を受けましょう

村では、20歳以上の女性を対象として子宮頸がん検診を実施しています。指定医療機関で個別に予約を受け付ける「施設検診」または、保健センターで実施する「集団検診」を無料で受診できます。ワクチンを接種していても、全ての高リスク型H P Vの感染を予防できるわけではありません。早期発見・早期治療のためには、定期的に検診を受けることが大切です。なお、受診を希望する方は、保健センターへお問い合わせください。

	期 間	場 所
施設検診	5月から翌年1月31日まで	指定医療機関7か所(村立東海病院のほか、ひたちなか市内の医療機関)
集団検診	2月から3月まで	保健センター

東海村ヘルスメイトの「おうちで簡単オススメレシピ」



食塩相当量0.3g! パプリカの即席ピクルス



☆お酢の酸味が塩味を補ってくれます。
2〜3時間なじませるとさらにおいしくなります♪



【材料(2人分)】

- 赤パプリカ…1/2個
- 黄パプリカ…1/2個
- すし酢…小さじ2

【作り方】

- ①パプリカを乱切りにする。
- ② ①を耐熱容器に入れてふんわりとラップし、電子レンジ(600W)で2〜3分加熱する。
- ③ ②にすし酢を加えて混ぜたら、出来上がり♪

栄養価(1人分)

エネルギー…29kcal

食塩相当量…0.3g