

予防接種コラム

【問い合わせ】健康増進課(保健センター ☎282-2797)



地球温暖化と感染症のお話

地球温暖化や自然災害(台風や豪雨災害など)の影響により、県内でこれまで発症事例がなかった感染症の発症事例が、近年増えてきています。感染症の中には、日本脳炎のように有効な治療法がないものもあるため、予防接種が重要です。予防接種の接種対象年齢等の詳細は、村公式ホームページまたは「すこやか健康チャレンジカレンダー」をご覧ください。なお、予防接種予診票(受診券)を紛失された方は、接種期間(接種年齢)内であれば再発行できますので、保健センターへお問い合わせください。

<日本脳炎>

日本脳炎ウイルスに感染した豚の血液を吸った蚊を介してかかる感染症で、脳炎を発症するとけいれんや意識障害が起こり、最悪の場合死に至ります。国の勧告により平成17年5月から積極的な接種勧奨を差し控えていましたが、平成23年6月予防接種法施行令の一部が改正され、国の積極的勧奨の差し控えにより接種を受ける機会を逸した方への特例措置が始まりました。下表に該当する方は特例措置の対象となります。

対象等▼

特例措置対象者	接種期間
平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方	20歳の誕生日の前日まで
平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの方	9歳から13歳の誕生日の前日まで

※▽9歳から13歳未満の方には「接種年齢9歳から13歳未満」と記載された予診票を発行します。▽13歳の誕生日を過ぎた場合は予診票の差し替えが必要となりますので、保健センターへご連絡ください。

<破傷風>

傷口から破傷風菌が入ることにかかる感染症で、産出された破傷風菌毒素によって筋肉のけいれんが起こり、重症化すると背骨等の骨折や呼吸困難を生じます。汚染された泥水の中を歩くときや泥で汚染されたがれきの撤去中にけがをし、傷口から感染するというケースが多く、豪雨災害などの被災地における発症数が増えています。破傷風には予防接種が大変有効とされていますので、期間内に忘れずに予防接種を受けましょう。

対象等▼

種類	接種期間	接種回数
4種混合 (百日咳・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ)	生後3か月から7歳6か月未満	4回
2種混合 (ジフテリア・破傷風)	11歳から13歳の誕生日の前日まで	1回

※上記の接種期間を過ぎると、全額自己負担となりますのでご注意ください。



いもマミィのオススメレシピ

「切干大根のさっぱり和え」

【材料(4人分)】

切干大根(乾燥)・・・30g
 きゅうり・・・1本
 ニンジン・・・50g
 ツナ缶(水煮)・・・1/2缶
 すりごま・・・小さじ2
 いらごま・・・小さじ2
 ポン酢・・・大さじ2と1/3
 ごま油・・・小さじ1
 ※エネルギー(65kcal/人)

【作り方】

- ①切干大根は水で洗い、水に5分間漬けて戻す。戻したら水気をよく絞り、食べやすい大きさに切る。
- ②きゅうりとニンジンを千切りにする。
- ③ボウルにツナ缶(汁ごと)、ポン酢を入れ、ツナをほぐすように混ぜる。
- ④③に切干大根ときゅうり、ニンジンを入れ、よく混ぜる。
- ⑤ごま油とごまを入れてなじませたら出来上がり♪

大根を干すことで、大根のうま味や甘味がアップ!便秘や貧血、高血圧の予防や美肌作りにも効果抜群です♪

