

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)



予防接種は接種期間を守って 受けましょう！

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。予防接種の接種期間(接種年齢)は、病気にかかりやすい年齢までに免疫をつけて病気が予防できるように設定されています。接種期間(接種年齢)になったら早めに予防接種を受けましょう。

<日本脳炎>

日本脳炎は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、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月に予防接種法施行令の一部が改正され、国の積極的な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。

<麻しん風しん>

麻しんと風しんは共にウイルスによる感染症で、発症すると発熱と発疹がみられます。麻しんは空気感染を起こすため、手洗いやマスクの着用、消毒などの一般的な対策だけでは感染を防ぐことはできません。また風しんは、妊娠20週未満の妊婦が感染すると、白内障、難聴、心疾患を特徴とする先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれる可能性があります。妊娠中は予防接種ができないため、周囲の人たちが予防接種をして、麻しん風しんの発症を防ぐことが重要です。

対象等▼

	対象者	接種期間
1期	1歳から2歳未満の幼児	2歳の誕生日の前日まで
2期	平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの方	令和3年3月31日まで

※▽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。▽麻しん風しん予防接種は、1期と2期の合計2回接種する必要があります。▽麻しん風しん2期の対象者には4月に予診票を個別に通知しています。



いもマミィのオススメレシピ

「レンコンと鶏肉のうまみたっぷりスープ」

【材料(4人分)】

レンコン・・・200g
 鶏肉(手羽先)・・・12本
 シイタケ・・・4個
 水・・・1000ml
 (A)酒・・・大さじ2
 (A)ニンニク・・・1かけ
 (A)ショウガ・・・薄切り5～6枚
 (A)ネギ・・・8cm
 塩・・・小さじ2/3

※エネルギー(251kcal/人)

【作り方】

- ①手羽先の先の細い部分をキッチンバサミなどで切り離す。手羽先の太い部分は骨と骨の間に縦半分に切り込みを入れる。
- ②レンコンは皮をむいて乱切り、ネギとシイタケは薄切りにする。
- ③鍋に①と水、(A)を入れて強火にかける。煮立ったら弱火にしてあくをとり、レンコンを加えてふたをして20～30分煮込む。
- ④塩で味を調え、お好みでクコの実など(分量外)を飾り付けたら出来上がり♪

鶏肉は、熱湯に入れると旨味が出にくくパサパサになってしまうため、水から入れましょう。煮立ったら弱火で煮込むことがポイント！

