



予防接種名	標準回数	標準接種時期(望ましい時期)	対象年齢
BCG (結核)	1回	生後5~7か月	生後11か月まで
四種混合 (ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)	1期初回1回目	生後3~11か月	生後3~89か月まで
	1期初回2回目		
	1期初回3回目		
	1期追加	初回終了後12~17か月後	
二種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期	11歳	11~12歳
麻しん風しん混合	1期	生後12~23か月	同左
	2期	小学校就学前の1年間	
日本脳炎 ※注1	1期初回1回目	3歳	生後6~89か月まで
	1期初回2回目		
	1期追加	初回終了後1年後	9~12歳
	2期	9歳	
Hib感染症 ※注2	初回1回目	生後2か月から7か月に至るまでに開始。間隔は27日~56日まで。	生後2~59か月まで
	初回2回目		
	初回3回目		
	追加	初回接種(3回)終了後、7月から13月までの間隔をおく	
小児の肺炎球菌感染症 ※注2	初回1回目	生後2か月から7か月に至るまでに開始。間隔は27日以上おく。(生後12か月に至るまでに行う)	生後2~59か月まで
	初回2回目		
	初回3回目		
	追加	初回接種(3回)終了後、60日以上の間隔をおき、生後12か月以降	
ヒトパピローマウイルス感染症 (子宮頸がん予防) ※注3	1回目	中学1年生相当(女子のみ)	小学6年生相当~高校1年生相当(女子のみ)
	2回目		
	3回目		
水痘 ※注4	1回目	1回目は1歳以上1歳3か月未満	1歳以上3歳未満
	2回目	1回目の接種後6か月以上12か月未満	

注1)【日本脳炎】日本脳炎予防接種の差し控えにより、接種を受けられなかった平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれの方(特例対象者)は、接種年齢が緩和され4歳以上20歳未満までは、無料で接種することができます。

注2)【Hib感染症】【小児の肺炎球菌感染症】接種開始月齢により、接種回数が変わります。

注3)【ヒトパピローマウイルス感染症】現在、子宮頸がん予防ワクチンの接種については、積極的にお勧めしていません。接種にあたっては、有効性とリスクを理解したうえで受けてください。

注4)【水痘】平成26年度に限り3歳以上5歳未満の方で、今までに水痘にかかったことがなく、また1度も水痘の予防接種を受けたことのない方は経過措置として1回の接種が受けられます。

3月1日~7日は子ども予防接種週間

受けましょう！

対象年齢の範囲であれば、予防接種法に基づく定期の予防接種を無料で受けることができます。お子さんの母子健康手帳を今一度確認し、未接種の場合は計画的に接種しましょう。詳しくはお問い合わせください。

献血にご協力ください

全血献血が実施されます。短時間でできる献血で予約は必要ありません。皆様のご理解とご協力をお願いします。

●対象 16歳~69歳の方(初めての方は64歳まで)

日程	会場	時間
3月6日	マキノ保健センター	10時~11時30分
	マキノ病院	13時30分~15時30分

春を迎える今! 禁煙スタート しましょう!

禁煙治療を始めて3か月のAさんにお話を聞いてみました。Aさんは50歳。今までに何度も禁煙に挫折しています。

●今回の禁煙のきっかけは?

煙草を吸っている人の多くは、「やめられるものならやめたいけど無理にきまっている」という気持ちがあると思う。「きっかけ」を作ることが大事。僕の場合は50歳という区切りかな。

●禁煙外来では、どんなことをしていますか?

初診から1週間は1日1個の薬を飲みながらタバコもOK。1週間後からピタッと禁煙。ニコチンを体内に定着させない薬で、だんだんタバコがおいしくなくなりました。前回の挫折は、酒の席ではずみでもらった1本が原因でしたが、酒の席でも大丈夫でした。問診は2週間に1回、禁煙の状況を確認して薬が処方されます。薬は3か月間です。

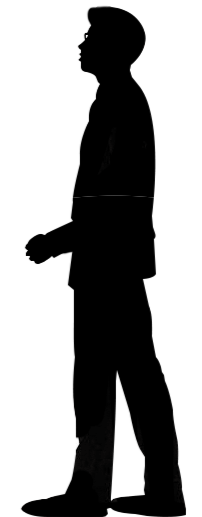
●今の気持ちは?

1か月ほど経った頃からタバコを全く意識しないようになったのが楽でした。出かける時にタバコを持ったかどうかの確認もいらぬし。少し前から始めた運動も最近息切れしなくなって爽快感が出てきた感じです。

●禁煙をためらっている人へのメッセージ

今まで、数日間タバコをやめたのにまた吸ってしまったの繰り返し。今回は無理をして禁煙するのがイヤだったので禁煙外来へ。何の禁煙症状もなくタバコが止められて驚き。僕みたいに意志が弱くて根性で止めるのがしんどいという方は、薬の力を借りる方が自然にやめられます。

このように話して下さるAさんは、自信が回復しさわやかな印象でした。何度も禁煙に失敗し自信をなくした方も、次は「禁煙治療」という方法はいかがですか? 「比較的楽に」「より確実に」禁煙できますよ。



Aさん(50歳)
※イメージ

【市内で禁煙治療が受けられる医療機関】

※ 受診回数や費用については個人差がありますが、基本的な受診回数は5回程度(12週間)で、全て受診した場合の費用は12,000円~20,000円程度(3割負担の場合)です。※ 診察結果によっては、保険適用にならない場合もあります。

高島市民病院	☎(36) 8077
今津病院	☎(22) 2238
マキノ駅前診療所	☎(28) 8088
けいこピュアクリニック	☎(24) 7000
片岡クリニック	☎(25) 6373
まつだ内科歯科クリニック	☎(25) 5050