

Health News



町立南嶺病院
山内医師

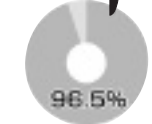
65歳以上の方必見！

肺炎予防に効き目のあるワクチンのこと、ご存知ですか？

「肺炎球菌(はいえんきゅうきん) ワクチン」、ご存知でしょうか？当院でもたくさんの方が既に接種されています。

肺炎は日本人の死因の第3位で、中でも65歳以上の方の割合は実に9割5分に上ります。「65歳以上の方は肺炎になると危ない」と言えるでしょう。65歳以上の方は、ぜひ接種をお勧めします。

肺炎の死亡者のうち
65歳以上の割合



厚生労働省、人口動態統計(確定数) 2011年、より

65歳以上の方には全員お勧めしたいワクチンですが、特にお勧めしたい方は以下の方です。(※接種前に必ず主治医とご相談ください)

- ・糖尿病
- ・慢性呼吸器の病気(肺気腫、気管支喘息、COPD)
- ・慢性心不全
- ・慢性腎臓病、慢性腎不全
- ・その他、免疫力が落ちている状態の方(抗がん剤治療中、治療のため免疫抑制剤を内服中)

効果は約5年間持続します。(インフルエンザワクチンは5カ月です)

インフルエンザワクチンと一緒に接種することで、肺炎で入院することや、肺炎で亡くなる方が減ったというデータがあります。ぜひ、インフルエンザワクチンと肺炎球菌ワクチンの接種をお考えください。

「肺炎・風邪予防」にはうがい、手洗い、規則正しい生活、禁煙、そして**ワクチン**です！

※全ての肺炎が予防できるわけではありません。肺炎を起こす細菌がたくさんある中で、「肺炎球菌」という重症化しやすい菌に対するワクチンです。

※肺炎球菌ワクチンは10人中、6~7人で発熱・痛み・注射部位の腫れなどの副反応が出る可能性があります。症状は3~4日程度で収まるものがほとんどです。



ひだまりサロン

1月15日(木)

10時~12時 ミニ脳トレ・カラオケ
13時~15時 健康体操・カラオケ

1月27日(火)

10時~12時 書初め
13時~15時 カラオケ

参加費
午前・午後
各100円

場 所 あいくる教養娯楽室 問合せ 社会福祉協議会

忘れず接種!高齢者肺炎球菌予防注射

■対象者■

3月31日現在で、
65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・
95歳・100歳以上の方



※4月に入ってから、町の助成を受けて接種することができなくなりますので、3月までに忘れずに接種しましょう。

1月健康カレンダー

項目	日程	場所	備考
乳幼児健診	27日(火)	あいくる	個別通知あり
各種予防接種	19日(月) ※16日(金) までに予約 26日(月) ※23日(金) までに予約 【接種時間】 13:30~16:30	町立病院	定期予防接種、 おたふく:無料 その他予防接種:有料
エキノコックス健診	毎週金曜日	町立病院	料金:1,000円
快足シャキッと倶楽部	9日(金)・13日(火)・16日(金) 20日(火)・23日(金)・30日(金) 10:30~11:30	あいくる	
	15日(木)・22日(木)・29日(木) 10:30~11:30	夕張太ふれあい館	
こころの健康相談	15日(木) 13:00~15:00	岩見沢保健所	要予約 ☎0126~20~0121
	19日(月) 10:00~12:00	あいくる	要予約