

令和3年度 高齢者肺炎球菌ワクチン 定期接種の期限が近づいています

対象 津市に住民登録があり、過去に1回も肺炎球菌ワクチン(23価)を接種したことがない人で、以下の①または②に該当する人 ※定期接種は1回限り
①次の表の生年月日に当てはまる人

年齢	生年月日
65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれ
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ
75歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ
80歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ
85歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ
90歳	昭和6年4月2日～昭和7年4月1日生まれ
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ
100歳	大正10年4月2日～大正11年4月1日生まれ

※上の表に当てはまる人には、昨年4月下旬に案内通知(予診票)を郵送しています。転入した人や予診票を紛失した人はお問い合わせください。

②接種日当日に60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がいがあり、日常生活が極度に制限される人(詳しく

はかかりつけの医師にご相談ください)

接種期間 令和4年3月31日(木)まで

接種回数 1回

接種場所 県内の協力医療機関

自己負担額 2,500円 ※生活保護受給者は、自己負担額の免除がありますので、必ず「被保護証明書」を医療機関へ提出してください。

接種時の持ち物 健康手帳、予診票、保険証など住所が確認できるもの

※定期接種の対象にならない65歳以上の人には費用助成の制度があります。過去に1回でも肺炎球菌ワクチン(23価)を接種した人は対象外です。

※新型コロナワクチン接種とそれ以外のワクチン接種は、2週間以上の間隔が必要です。新型コロナワクチンを2週間以内に接種した、または接種する予定がある人は、肺炎球菌予防接種を受ける前に接種間隔について、必ず医師にご相談ください。

3月は自殺対策強化月間です

日本では毎年2万人を超える人が自殺によって尊い命を落としています。近年の自殺者数は減少傾向にありましたが、コロナ禍の影響もあり令和2年は増加し、前年に比べ20歳代は404人増加しました。

【参考】令和2年1月～12月自殺者数(確定値) 2万1,081人(前年比約4.5%増加)
令和3年1月～11月自殺者数(推定値) 1万7,541人(前年比約1.4%減少)
※令和3年12月10日厚生労働省自殺対策推進室データより

大切な命を守るために

「眠れない」「食欲がない」「口数が少なくなった」など、大切な人の様子がいつもと違うことはありませんか。いじめ、孤独、生活苦、病気、人間関係の不和、失業、多重債務などの自殺に追い込まれるようなさまざまな要因が重なり、生きることに希望を失った時、自殺の危険性が高まります。話をよく聞き、一緒に考えてくれる人がいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心感を与えます。大切な人が悩んでいるこ

とに気が付いたら、一歩勇気を出して声を掛けてみませんか。また、一人で悩みを解決しようとせず、専門機関などに相談することも大切です。

※厚生労働省ホームページ「まもろうよこころ」ではSNSや電話による相談先も多数掲載しています。

※令和4年3月1日号広報と同時期に配布予定の「見逃さないで!『こころのSOS』」のチラシもご覧ください。



厚生労働省
ホームページ
「まもろうよこころ」

津市健康づくり推進懇話会 活動紹介

津市健康づくり推進懇話会では、津市第3次健康づくり計画の大目標である「しんちよくこころ豊かに楽しく元気に暮らそう」の実現を目指して、進捗状況を評価し、効果的に推進するために活動をしています。

現在、計画の強化目標の一つである「減塩」について、子どもたちが親しめるように、「元気戦隊ゲンエンジャー」と題した紙芝居を作成しています。

このお話の中でゲンエンジャーたちが繰り出す技は、家庭で取り組める減塩の工夫が盛り込まれています。

家族で楽しく減塩に取り組む
きっかけになればと願っています。



令和4年春完成予定