



Health

# 健康づくり

行方市健康増進課（北浦保健センター内）

☎ 0291-34-6200

## Hib（ヒブ）・小児用肺炎球菌ワクチンの接種



一時接種を見合わせていたHibと肺炎球菌の予防接種ですが、再開されることになりました。

行方市では平成23年4月1日以降に生まれたお子さんで希望される方を対象に公費負担で接種を開始いたします。

生後2ヵ月児に実施している「こんにちは赤ちゃん相談」の際に説明・予診票の配布を行い、市内10カ所の医療機関で実施します。

### ★ Hib（ヒブ）ってなに？



Hibの原因はヘモウィルス・インフルエンザ菌b型という“細菌”で、インフルエンザ（ウィルス）とは全く異なります。

Hibは、咳やくしゃみなどの飛沫を介して体内に侵入しますが、殆どの人は症状がおこらず、一部の人でHibが血液中に入り込み、髄膜炎・敗血症・肺炎・骨髄炎などの感染症を発症します。Hibワクチン（不活化ワクチン、皮下接種）はこれらを予防するものです。

罹患しやすい年齢は生後4ヵ月頃からでピークは生後9ヵ月ごろです。

### ★（小児の）肺炎球菌感染症とは？

肺炎球菌は、飛沫感染により伝播する小児の細菌感染症の主要な原因菌です。髄膜炎・敗血症・菌血症・中耳炎・肺炎などが特に問題とされます。

肺炎球菌ワクチン（不活化ワクチン、皮下接種）は、これらを予防するもので1歳未満での接種が好ましいといわれています。

※（成人の）肺炎球菌感染症とは違います。

## マタニティスクールのご案内



### 胎児期から生活習慣病予防

病院などで、「体重を増やし過ぎないように」、「貧血がある」、「血圧が高い」、「尿に糖・蛋白が混じっている」・・・といわれたけど、どうすればいいの？お腹の赤ちゃんは大丈夫？など、様々なことで悩んでいませんか。

市では、そのような妊婦さんの不安を少しでも解消できるように、マタニティスクールを開催しています。

妊婦さんの状態や妊娠週数に合わせてながら、バランスよく栄養を摂れるようにし、さらにお腹の赤ちゃんも将来生活習慣病にならないようにするための具体的な内容を学ぶことができますので、参加をお待ちしております。

### ★ 内 容

- A：妊娠中の栄養（妊婦とお腹の子のために必要な栄養の摂り方）
- B：妊婦体操・お産の進み方・出産のための準備品
- C：母乳栄養とおっぱいの手入れ・家族計画・パパの妊婦体験・パパの役割
- ◎ 毎月行うので同じ内容に何回でも参加可能
- ◎ A・B・Cのうち1回だけの参加もOK



### ★ 日 程 （3ヵ月1サイクル）



Aコース	Bコース	Cコース
13:30～15:30	13:30～15:30	9:30～12:00
終了しました	終了しました	6月 4日（土）
7月 8日（金）	8月 5日（金）	9月 3日（土）
10月 7日（金）	11月 4日（金）	12月 3日（土）
平成24年1月13日（金）	2月 3日（金）	3月 3日（土）

### ★ 場 所 ★ 申し込み方法

行方市北浦保健センター（健康増進課）

電話 0291-34-6200 へ