



## 親と子の健康づくり

☎問健康づくり課母子保健班(☎63-8711)

場所：旭市保健センター(旧飯岡保健センター)

種別	期日	対象・内容	
健康診査	乳児健康診査	令和 3年10月26日～11月15日生まれ	
	1歳6か月児健康診査	令和 2年 8月14日～ 8月31日生まれ	
	2歳児歯科健康診査	令和元年 9月18日～ 9月30日生まれ	
	3歳児健康診査	平成30年 9月 9日～ 9月30日生まれ	
相談 ※申込制	母乳相談	助産師による授乳方法の指導・相談	
	歯科相談	歯科医師による診察と歯科衛生士の歯磨き指導	
	育児相談	乳幼児の発育確認、言葉、食事、歯などの相談	
教室 ※申込制	離乳食教室	対象：令和3年10月～11月生まれ 内容：離乳食の進め方など	
	両親学級	3月 8日(火)	お産の経過と呼吸法、妊婦体操など
		3月23日(水)	沐浴体験など
子育て学級	3月 8日(火)	対象：令和3年11月1日～令和4年1月10日生まれの第1子と保護者 内容：遊びの紹介や赤ちゃんの事故予防など	



## 健康インフォメーション

### 5歳から11歳の新型コロナワクチン接種が始まります

5歳から11歳(平成22年4月2日～平成29年4月1日生まれ)の新型コロナワクチン接種を3月下旬から開始します。対象者には2月に接種券を発送しました。

国からのワクチン供給状況により、基礎疾患のある人、11歳の人(令和4年4月に小学6年生になる人)を優先的に接種します。申し込んだ人には、予約票を順次発送します。

接種場所／旭中央病院東体育館(集団接種)

使用するワクチン／ファイザー社製小児用ワクチン

☎問健康づくり課成人保健班(☎63-8766)

### 早めのワクチン接種をご検討ください

市内で新型コロナウイルス感染が拡大しています。感染対策の一環として、ワクチン接種が有効です。接種券が届いた人で接種を希望する場合は、早めに申し込んでください。

また、引き続き手洗い・うがい・マスクの正しい着用などの感染予防対策を徹底してください。

☎問健康づくり課成人保健班(☎63-8766)

### 献血に協力を！

期日	場所	受付時間
3月27日(日)	ショッピングセンター サンモール	10:00～11:45 13:00～16:00
3月29日(火)	旭市保健センター (旧飯岡保健センター)	10:00～11:45 13:00～16:00

※献血カードを持っている人は持参してください。

☎問健康づくり課庶務企画班(☎63-8831)



## 予防接種 問健康づくり課(☎63-8711)

【集団接種】 場所：旭市保健センター(旧飯岡保健センター)

種別	期日	受付時間	対象
BCG	3月11日(金)	13:15～13:40	生後5～12か月未満

【個別接種】 場所：各指定医療機関

種別	対象
ヒブ	生後 2～60か月未満
小児の肺炎球菌	生後 2～60か月未満
四種混合、ポリオ	生後 3～90か月未満
水痘	生後12～36か月未満
麻しん・風しん混合	1期：生後12～24か月未満 2期：平成27年4月2日～28年4月1日生まれ
日本脳炎	1期：生後6～90か月未満 2期：9～13歳未満 特例対象者：平成19年4月1日以前生まれの20歳未満で、接種していない人
B型肝炎	生後12か月未満
ロタウイルス感染症	ロタリックス：出生6週0日後から24週0日まで
	ロタテック：出生6週0日後から32週0日まで
成人男性 麻しん・風しん混合 (風しん抗体検査の結果が陰性の場合)	昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性 ※今年度で終了となります。
高齢者の肺炎球菌	65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳、60～64歳で心臓などに障害のある人 ※令和3年4月2日(金)～令和4年4月1日(金)に対象年齢になる未接種者に限り、3,000円を助成(助成は1回)。助成期間は令和4年3月31日(木)までです。



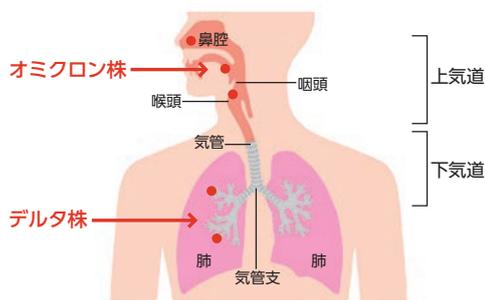
## 健康ワンポイントアドバイス

### 子どもの新型コロナウイルス感染症

第6波のオミクロン株による新規感染者の増加に伴い、子どもの患者数も増加し、市内や近隣市でも新型コロナウイルス感染症による保育園の休園、学級閉鎖がみられます。これまでの知見により、小児患者は比較的軽症であることや、感染伝播については学校や保育所でのクラスター報告も散見されますが、依然として保護者や同居の家族からの感染である場合が多数を占めています。

今回流行のオミクロン株は、のどに近いところで増殖する、いわゆる上気道炎をおこしやすい(デルタ株は下気道炎をおこしやすい)という特徴があり、普通の風邪とほぼ同様の症状が出現します。

風邪は、風邪ウイルスによる急性上気道炎のことで、鼻・咳・のどの症状が出ます。発熱もしますが10～20%程度です。それに対してオミクロン株は、発熱の頻度が70～80%と高率です。オミクロン株の方が発熱しやすいといえます。同居家族と子どもが同時期に発熱を伴う風邪症状がある場合は、コロナ感染を疑う



状況といえます。

子どもにコロナ感染が疑われる症状が出た場合には、下記に留意して対応してください。

- 症状が軽症であれば、安静にして水分をよく取り、対症療法(解熱剤、鎮咳去痰剤など)を行ってください。
- 発熱の持続や呼吸状態の悪化(多呼吸、喘鳴など)がみられた場合や、生後3か月未満の乳児が発熱した場合は、医療機関に連絡した上で速やかに受診してください。

子どもをコロナ感染から守るために、子どもと同居の家族は、日々の感染予防(手洗い・うがい・3密を避ける)に努めるとともに、3回目のコロナワクチン接種をお願いします。

【旭匠瑛医師会】

## 旭中央病院便り



<https://www.hospital.asahi.chiba.jp/>  
 旭中央病院(☎63-8111・代表)

### 4月からコンビニエンスストアが 院内にオープンします

4月1日に、ローソンが本館1階にオープン予定です。準備のため、旧売店(CLOVER)は改装工事中です。

3月31日(木)までは、仮売店を2号館1階(連絡通路先)で営業しています。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどお願いします。

### フットケアを行いましょ

足病変(潰瘍・壊疽)の原因となる代表的な疾患が糖尿病です。糖尿病看護では、足病変の予防・早期発見・早期治療に向けたケアを実践しています。糖尿病の人は神経障害、血流障害、免疫力の低下がみられ、自分で足病

変を発見することが難しくなります。予防・早期発見のために、家庭で日常的にできるセルフケアを紹介します。**足を見る習慣をつける**／●入浴時に傷、色の変化、熱感、冷感、腫れなどがないか見る

**清潔を心掛ける**／●石けんで指の間まで丁寧に洗う

●水分をよく拭き取る ●入浴後は保湿クリームで丁寧に保湿する(神経障害が進んだ足は乾燥しやすく、亀裂が起きやすい。バリア機能を保つことが重要。)

**爪は正しく切る**／●指の高さに合わせて真っすぐ切り、家庭で処置できない場合は医療機関を受診する ●たこの自己流処置は危険なのでやめる

**やけどに注意する**／●湯たんぽやカイロは直接肌に当たらない ●風呂の湯加減を確認してから入る

**靴下を履く**／●素足をやめる ●靴下は出血や膿汁が分かる薄い色を選び、縫い目がゴツゴツしていない、きつすぎないものを選ぶ

**足に合った靴を選ぶ**／●かかとが高いものは避け、つま先に余裕があり、クッション性があるものを選ぶ

不安があればかかりつけ医にご相談ください。

【糖尿病看護認定看護師】