



☎ 健康推進課(佐屋保健センター) ☎(28)5833  
 ご不明な点は、お問い合わせください。

## 〈高齢者肺炎球菌の予防接種〉

対象	接種場所	接種回数	接種料金	備考
① 平成31年4月2日～令和2年4月1日の間に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の誕生日を迎える方、100歳以上の方で接種を希望される方	愛西市、津島市、弥富市、あま市、海部郡の指定医療機関	1回	2,000円	・①の対象の方には、4月に「高齢者肺炎球菌予防接種券」と案内を送付しています。 ・②の対象の方は、手続きが必要です。 お問い合わせください。  ※事前に医療機関への予約が必要です。
② 満60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器に障害のある方(身体障害者手帳1級程度)またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害のある方				

## 〈高齢者肺炎球菌の予防接種について〉

これまで高齢者肺炎球菌予防接種については、「平成31年度から65歳のみが対象になる」とお知らせしていましたが、厚生労働省から平成31年度以降も65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方、さらに、今年度中は、100歳以上の方でこれまで接種したことのない方を対象に、5年間定期予防接種を実施するとの方針が示されました。

対象者には、個別通知をしています。

※今までに「ニューモバックスNP(23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン)」を接種したことがない方を対象に、令和5年度までの間に1人1回、定期接種の機会を設けます。

## ※愛知県広域予防接種について

子どもおよび大人の予防接種について、疾病や里帰りなどの事情で区域外の医療機関にかかっている場合、愛知県内の広域予防接種協力医療機関で接種することができます。事前に手続きが必要です。

## 〈大人の風しんワクチン接種費用の助成について〉

市内在住で、妊娠を予定または希望している女性(経産婦・妊娠中の方を除く)で、抗体価が低いと判定された方(愛知県が抗体検査の費用助成を行っています)に対し、風しんワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチンの接種費用の一部を助成します。(ただし、風しんワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチンの予防接種を受けたことがある方、風しんにかかったことがある方を除く)



## 歯の健康講座

### 「自分に合った歯ブラシを使っていますか？」

ドラッグストアの口腔ケアコーナーには多くの商品が陳列されており、特に歯ブラシに関してはどれを選べば良いのか迷ったことはありませんか？誰がどれを使っても同じということはありません。では、どのように選べば良いのでしょうか？

**1. 毛の硬さについて** 歯ブラシの主な使用目的は歯垢の除去です。その意味では「ふつう」が第一選択となります。ただし、普段の歯みがきをする時に血が混ざる、歯ぐきが赤く腫れている場合は歯ぐきを傷つける恐れもあるので「やわらかめ」を使い、症状が改善したら「ふつう」に変えると良いです。「かため」は普段のみがきかたが弱めのかたにおすすめです。

**2. 歯ブラシの大きさについて** 一般的に口にあったヘッドの大きさは縦が植毛3列、横は親指の幅、もしくは人差し指の第一関節までの長さという報告があります。これよりも大きなサイズを選んでしまうと奥歯や細かい部分に毛先が当たりにくく、みがき残しが多くなります。

**3. 歯間ブラシ・デンタルフロスについて** 歯と歯の間や歯の付け根は歯ブラシが当たりにくく、むし歯や歯周病になりやすい部位です。これを補うために歯間ブラシやデンタルフロスの使用がオススメです。歯間ブラシにもサイズがあります。かかりつけ歯科医にどのサイズを選べば良いか相談してみましよう。デンタルフロスについては使用の際に引っかかりを感じたり、フロスがほつれたりする場合、むし歯や歯石が溜まっていることが疑われます。その場合はすぐにかかりつけ歯科医を受診しましょう。

ご自身にマッチした歯ブラシを使うことでお口の健康を守り、定期的のみがき残しのチェックをかかりつけ歯科医でもらう習慣をつけましよう。(海部歯科医師会)