



# けんこうだより♪

【令和4年12月号】

健康長寿課 成人保健係

TEL 0277-46-1111 (内線268)



2022年も残すところあとわずかです。みなさん、この1年はどのような年だったでしょうか？寒さが厳しくなってきましたので、体調には気を付け、ご自愛ください。これからも、皆様の健康が長く、続いていくことを願っております。

## 今月のテーマ 「感染症」

### 何に気を付ける？感染症予防対策！

冬に流行する感染症の中でも、特に、インフルエンザ、ノロウイルスにご注意ください。また、風しんも季節に関係なく予防したい感染症です。感染症予防の基本は、手洗い、うがい、生活習慣です。日々の積み重ねが大切ですので、自分と周りの大切な人のために、感染予防対策をしていきましょう。



#### <インフルエンザ>

感染経路

- 飛沫感染  
咳やくしゃみに含まれたウイルスを吸い込むことで感染
- 接触感染  
ウイルスが付着したものに触れ、口や鼻の粘膜などを通して感染

症状

38℃以上の発熱、  
関節痛、筋肉痛、  
頭痛、全身倦怠感 等

#### <ノロウイルス>

感染経路

- ウイルスを多量に含む便・吐物から人の手を介して感染
- 感染した人の調理したウイルスが付いた食品を食べる
- 加熱が不十分な2枚貝 等を食べる  
→中まで、しっかり加熱しましょう！

症状

嘔吐、吐き気、下痢、  
腹痛、軽度な発熱 等



### 感染症を予防して、良い一年の締めくくいを♪

#### <咳エチケット>

咳やくしゃみをするときは、マスクを着用し、または、手やハンカチ、袖でしっかり口を覆いましょう。

#### <手洗い>

石鹸で、手を洗いましょう。**タイミング**が大切です！  
☆帰宅後 ☆食事の前 ☆料理の前  
☆トイレの後 ☆汚物に触れた後  
☆くしゃみを手で押さえた後



## <風疹>

### 感染経路

- 飛沫感染  
咳やしびきに含まれたウイルスを吸い込むことで感染
- 接触感染  
ウイルスが付着したものに触れ、口や鼻の粘膜などを通して感染

### 症状

発熱、発疹、リンパ節腫脹 等

## どうして注意が必要？

★免疫が不十分な妊娠中の女性に感染すると、難聴や白内障、心疾患などの先天性風しん症候群の子供が生まれる可能性が高くなります。

**女性だけでなく、  
その周囲の方の予防も  
とても大切なのです。**

## 予防方法 ワクチン接種

現在では、1回目を1歳～、2回目を小学校就学前に接種しています。しかし、過去に公的な風疹予防接種を受ける機会がなかった方へは、次の①②の事業を行っています。ぜひご利用ください。

### ① 風疹抗体検査・予防接種無料クーポン(定期接種) **R5/3/31**まで

対象:S37/4/2～S54/4/1 生まれの男性で、R1からクーポン券を利用していない人  
(今年度、受診券が送付された方)



### ② 大人の風疹予防接種費用助成(任意接種) **R5/3/31**まで

対象:桐生市民であり、以下のいずれかの人

- ・妊娠を予定、または希望する女性とその配偶者など
- ・妊娠中の女性の配偶者など

#### ▼ 対象外の方 ▼

- ・妊娠中または妊娠の可能性がある
- ・風疹の予防接種を2回接種済み ・明らかな風疹罹患歴がある

助成金: 1人当たり(生涯1回)

- 麻しん風しん混合(MR)ワクチン 5000円
- 風しん単独ワクチン 3000円

連絡先 桐生市役所健康長寿課  
成人保健係 46-1111 (内線:276)

## わたらせ健診・がん検診(個別)

**受診期間がせまっています!!**

医療機関での受診 **12月28日** まで

わたらせ健診、胃がん検診(内視鏡)、大腸がん検診、  
胃がんリスク検診、ピロリ菌検診、前立腺がん検診、  
肝炎ウイルス検診、プレわたらせ健診、歯周病検診

★乳がん検診、子宮頸がん検診は **1月31日**まで

ぜひ、受診して下さい!

定期的な健診・検診が  
早期発見の方法です。

今と、未来のあなたのために  
受診をお願いします。

