

塩谷郡市医師会リレーコラム  
シリーズ「かかりつけ医のことば」

問い合わせ/〒329-1312 さくら市桜野1319-3  
さくら市氏家保健センター内  
塩谷郡市医師会

第7回「子宮頸がんを予防するワクチンをご存知ですか？」 さくら産院 院長 泉 章夫 (さくら市)

子宮の入り口にできる子宮頸がんは、日本国内で年間10,000人ほどが罹患し、3,000人程度が死亡している病気です。20・30歳代では最も多いがんで「小さい子どもを残して母親が亡くなること」や「がんのために子宮を摘出して出産が不可能になること」から「マザーキラー」とも呼ばれています。

子宮頸がんの原因は、性交渉により感染するヒトパピローマウイルス (HPV) であることがわかっています。残念ながらこのウイルスに感染した後に治療する薬はまだ開発されていません。しかし HPV に感染しないようにする有効なワクチンはすでに開発されており、その安全性も十分に証明され、広く世界中で使用されています。

日本でも HPV ワクチンは2013年に定期接種化され、現在でも小学6年生から高校1年生の女子は無料で受けることができます。性交渉のある前に接種することが大切です。自費で3回接種すると約48,000円かかりますので、ぜひ定期接種として受けることをお勧めします。

一方、副反応として「注射部位の痛み・腫れ・かゆみ」などは他の予防接種と同様に発生し、まれに重い副反応として「過敏性反応」「ギラン・バレー症候群」「複合性局所疼痛症候群」などが現れることがあります。そのため副反応発生時の対応体制が整っています。接種を担当する医療機関では、接種前に体調を注意深く観察し、接種後も副反応が生じた時には責任を持って対応します。また国の制度である「予防接種救済制度」に基づいて、県内では相談窓口が県保健福祉部健康増進課と市町の予防接種担当課にあり、診療協力医療機関として獨協医科大学病院産婦人科・麻酔科と自治医科大学附属病院産婦人科が支援体制を整えています。

今でも「子宮頸がん予防ワクチン」の定期接種が受けられることを知っていただき、その有効性・安全性についてご家族でよく話し合いをされて、接種を受けるか受けないかを決めていただけることを希望します。

12月の集団健康診査日程  
～新規申し込み受付中!!～

※市ホームページ (トップページ) > 健康・福祉 > 健康診査・各種検診 > 各種検診の日程) に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。  
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎ (43) 1118

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健診のお知らせ (問診票)
- ③受診券 (特定健診を受診する社会保険の方)
- ④番号札引換券 (集団健診のお知らせに同封するピンク色の用紙)

また、お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望する方は、必ず健康増進課へご連絡ください。(※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。)

※令和3年1月に集団健康診査日を追加しました。

受付時間	場所	特定健診 胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん 骨粗しょう症	備考
12月16日(水)	生涯学習館	○	○	※全体的に混雑
12月17日(木)		○	○	
12月22日(火)	泉公民館	○	○	※まだ空きがあります
12月24日(木)	生涯学習館	○	○	
令和3年1月11日(祝・月)	片岡公民館	○	○	
1月26日(火)	泉公民館	○	○	

※混雑を避けるため、受付時間を指定させていただきます。指定された受付時間以外では、受付できませんのでご了承ください。

糖尿病を予防しよう! ~ 11月は糖尿病予防月間です ~

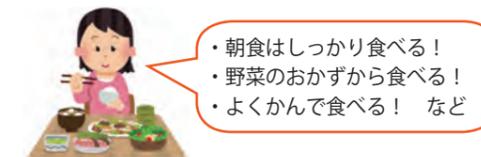
糖尿病とは、血中のブドウ糖濃度が慢性的に高くなり、自覚症状がないうちに血管を傷つけてしまう病気です。発症早期には症状がほとんどないため、悪い状態になってから気付くことが多い病気です。

食事のバランスや適度な運動を心がけて、糖尿病などの生活習慣病を予防しましょう。



あなたの血糖値は大丈夫ですか? 毎年、健診を受けて自分の体を見直しましょう。

新型コロナウイルス感染症への感染の懸念から医療機関の受診を控える傾向が強まっています。過度な受診控えは健康上のリスクを高めます。各医療機関では院内感染対策がされていますので、健康に不安がある場合は、かかりつけ医に相談しましょう。



・今より10分多く体を動かす!  
・家族でウォーキングをする!  
・スーパーの駐車場で少し遠くに停めて歩く! など



悪い状態を放置しているとこんな合併症が…!



脳梗塞	腎症	心筋梗塞	網膜症	神経障害
脳梗塞を起こす危険度が2~4倍に!	人工透析に至る可能性も…	心筋梗塞を起こす危険度は3倍以上に!	突然目が見えなくなり、気付くことも…	痛みやしびれが現れ、壊疽により切断の可能性も…

問い合わせ/健康増進課 ☎ (43) 1118

マイナンバーカード 窓口延長時の受け取りはご予約ください

市民課では、10月から毎週水曜日(※水曜日が休みの場合は翌日)の17:15~19:00に窓口延長を実施しています。

窓口延長時にマイナンバーカードの受け取りをご希望の方は、事前に市民課へ電話予約をお願いします。通常の業務時間帯は予約不要です。受け取りには20分程度かかりますので、時間に余裕を持ってお越しください。

問い合わせ/市民課 ☎ (43) 1117  
FAX (43) 5962



市ホームページ

【コンビニ交付サービスのご案内】

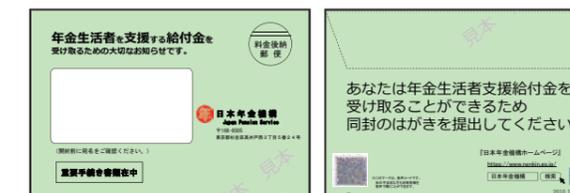
利用者証明用電子証明書が記録されたマイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機を利用して、住民票の写しや印鑑登録証明書などを取得することができますので、ぜひご利用ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。利用可能時間/毎日6:30~23:00(メンテナンス時を除く)

国民年金 手続きはお済みですか?  
年金生活者支援給付金

所得額が一定の基準を下回る年金の受給者に「年金生活者支援給付金」が支給されます。

支給要件を満たしている方には10月以降、日本年金機構から請求書が送付されています。右記の封筒が届いた方は、同封されているハガキに必要事項を記入し、切手を貼り投函していただきますようお願いいたします。

問い合わせ/大田原年金事務所 ☎ (22) 6311  
市民課 ☎ (43) 1117  
FAX (43) 5962



暮れのご会食プラン

11~12月

昼もOK! カラオケサービス <少人数・5名様より>

- 居酒屋コース お料理 ¥2,000~(税別)
- ホテルコース お料理 ¥3,500~(税別)

お得な飲み放題プランもご用意しております。その他お気軽にご相談ください。

矢板イースタンホテル クリック! 受付中

**矢板イースタンホテル**

TEL0287-43-1511

**居酒屋「新太郎」**

TEL0287-44-2811