



# あこやがつつむ

## 成人男性の 風しん患者が増えています

### ○風しんは感染力が強い病気です

風しんは、風しんウイルスによって引き起こされる感染症で、風しんの免疫のない集団では、1人の風しん患者から5〜7人にうつるほどの強い感染力があります。感染者の咳やくしゃみ、会話などで飛び散るしぶき（飛沫）を吸い込んで感染し、無症状でも他人に風しんをうつすことがあります。

子どもが感染した場合、発熱、発疹、首や耳の後ろのリンパ節が腫れて、数日で治りますが、まれに高熱や肺炎になって入院することがあります。大人が感染すると高熱や発疹の期間が子どもに比べて長く、関節痛がひどいことが多いとされています。また、妊娠中の女性が感染すると、赤ちゃんが先天性の心疾患、白内障、難聴を特徴とする「先天性風しん症候群」をもって生まれてくる可能性が高くなります。

### ○風しん患者が増えています

近年、40代から50代の男性を中心に風しんの患者数が増加しています。この年代の男性は、過去に公的な予防接種を受ける機会

がなく、風しんの抗体を持っていないかたが一定数いると考えられています。

風しんの発生およびまん延防止のためには、社会全体が免疫を持つことが大切ですが、そのためには、予防接種が最も有効な予防方法といえます。

### ○風しん感染拡大防止のため、次のとおり抗体検査および予防接種を実施しています

対象者

- ① 昭和47年4月2日〜昭和54年4月1日 生まれの男性
- ② 昭和37年4月2日〜昭和47年4月1日 生まれの男性

今年度は①のかたに抗体検査および予防接種のクーポン券を送付しています。

②のかたへは令和2年度に送付しますが、今年度に希望される場合は問合せ先までご連絡ください。

※抗体検査の結果、十分に抗体がある場合は、定期接種の対象外となります。

### 【問合せ先】

健康推進課保健予防係（1階④番窓口）

☎0224-5118623



平間 正悟さん



菊田 理仁さん



大浦 彩愛さん



沼田 唯永さん



萩尾 夢菜さん



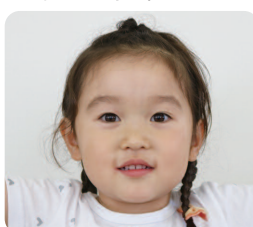
高子 倅大さん



樋谷 凜音さん



大友 銀侍さん



佐藤 寧々さん



古川 彩愛さん



牛澤 咲杏さん



三浦 旭陽さん



菅生 輝大さん

やったね！



虫歯ゼロ

3歳6か月児健診  
(6/6)の結果より

## 彩りいり豆腐

1人当たりの栄養価：エネルギー 240kcal カロリー 塩分 1.1g



### 材料（6人分）

- ・木綿豆腐：2丁（700g）
- ・鶏ひき肉：100g
- ・人参：1本（120g）
- ・ねぎ：1本（80g）
- ・A（しょうゆ：大さじ2  
砂糖：大さじ2）
- ・卵：2個
- ・削り節：1袋
- ・すりごま（白）：大さじ3
- ・ごま油：大さじ2

### 作り方

- ①人参は3cm長さの千切り、ねぎは小口切りにする。
- ②フライパンにごま油大さじ1を中火で熱して豆腐を大きめにちぎって入れ、一口大の大きさになるように切りながら炒める。水分がとび、焼き色がついたらフライパンから取り出す。
- ③フライパンにごま油大さじ1を熱して鶏ひき肉を炒め、②と人参を加えて中火で約2分炒め、Aを加えて炒め合わせる。
- ④卵を溶きほぐして流し入れ、全体を混ぜて火を止める。削り節、すりごまを加えて混ぜ、器にのせ、ねぎを散らして出来上がり。

### ～調理担当ヘルスマイトから一言～

ひき肉のうま味、人参の食感、ねぎの香りに卵のコクも合わさり、にぎやかな味になります。削り節とすりごまでさらに美味しくいただけますよ。  
半沢 静子さん（末広区）

## 介護の豆知識

### 介護保険料について

介護保険料は40歳以上の被保険者の皆さまに納めていただきますが、65歳以上のかた（第1号被保険者）と40～64歳の健康保険加入のかた（第2号被保険者）で、納め方が異なります。

40～64歳のかたは加入している健康保険の保険料と一緒に納めます。保険料の額や納め方は、加入している健康保険の種類によって異なりますので、詳しくは加入している健康保険者へお問い合わせください。

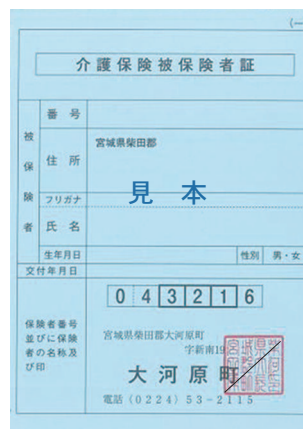
65歳以上のかたは介護保険料の納め方が「特別徴収」と「普通徴収」の2種類があります。

#### 【特別徴収】

年金受給額が年額18万円以上のかたが対象となり、年金の支給月（4月から翌年の2月までの年6回）に年金からの差引きとなります。

#### 【普通徴収】

年金受給額が年額18万円未満のかたなどが対象となりますので、町から送付される納付書又は口座振替により納めていただきます。



納付書で納めている普通徴収のかたには、納め忘れのない便利な口座振替をおすすめしています。口座振替の申込書は65歳年齢到達時に介護保険被保険者証と一緒に送付させていただいておりますが、介護保険係の窓口でも配布しておりますので、お気軽にお声がけください。

なお、65歳以上のかたは原則として特別徴収とされており、65歳年齢到達時の約半年から1年後に年金差し引きが開始されます。

また介護保険料を一定の期間滞納すると、保険給付の支払方法の変更や保険給付の全部又は一部の支払い制限を受けることがあります。

納付書についてのご相談は、介護保険係で受け付けてありますので、お早めにご連絡ください。

◆福祉課 介護保険係（1階の番窓口）

☎ 0224-15312115