

健康コラム

麻しんが流行しています

4月から5月にかけて茨城県と千葉県で麻しんの集団発生がありました。報告では牛久市の小学校や取手市の中・高校などで合計64症例、また鎌ヶ谷市内の高校で6症例発生し、その後も増加しています。今後関東を中心として発生地域の拡大、患者数の増加が考えられます。

現在のところ、東京都内では明らかな集団発生は確認されていません。麻しんの潜伏期間は大体10日位です。伝染力が非常に強く、麻しんワクチン未接種者であれば麻しん患者と短時間同室しただけでほとんどが発症します。

感染可能期間は発病前3、4日から発病が出てから5日間です。病気の経過は、38度から40度の熱が3日くらい続き、同時に倦怠(けんたい)、頭痛、鼻水、くしゃみが出て、乳児ではとても不機嫌になります。咽頭(いんとつ)粘膜の炎症のために特異な刺激性咳嗽(がいそつ)を頻発し、目は充血し、涙と目やにが出て結膜炎が著明となり、顔面は腫れて特有の顔つきになります。口の中には麻しんに特有な口腔粘膜疹(コプリック斑)が確認されます。4日目には一時体温が下がった後、再び急激に上昇し、39度から40度の高熱とともに特有な発疹が全身に広がります。高熱と発疹は3日間続き、患者さんには不安状態となり、睡眠は妨げられ、けいれんを起こすこともあります。乳児ではしばしば気管支炎や肺炎も併発します。解熱するとともに一般状態は回復に向かい、発疹は色素沈着を残し徐々に消滅します。

頭痛、鼻水、くしゃみが出て、乳児ではとても不機嫌になります。咽頭(いんとつ)粘膜の炎症のために特異な刺激性咳嗽(がいそつ)を頻発し、目は充血し、涙と目やにが出て結膜炎が著明となり、顔面は腫れて特有の顔つきになります。口の中には麻しんに特有な口腔粘膜疹(コプリック斑)が確認されます。4日目には一時体温が下がった後、再び急激に上昇し、39度から40度の高熱とともに特有な発疹が全身に広がります。高熱と発疹は3日間続き、患者さんには不安状態となり、睡眠は妨げられ、けいれんを起こすこともあります。乳児ではしばしば気管支炎や肺炎も併発します。解熱するとともに一般状態は回復に向かい、発疹は色素沈着を残し徐々に消滅します。

このように重症な感染症の麻しんの予防には、麻しんワクチンが極めて有効です。今までは麻しんワクチンは適年齢に1回接種で終生免疫が得られるとされてきましたが、最近の研究では、茨城県や千葉県

健康栄養相談

市の基本健康診査などの結果が基準値より高めの方を対象に、生活・栄養を中心とした相談を行っています。生活を振り返るきっかけとしてぜひご利用ください。

内容 健康相談・栄養相談  
測定(身長・体重・体脂肪率・血圧)  
必要に応じて、食事診断を行います。

持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果または、最新の検査結果  
医師の指示書のある方はお持ちください

6月27日(火)、7月4日(火)・21日(金) 午後1時~2時 午後1時30分~2時30分 午後2時~3時 総合保健センターで

事前に同センター ☎46 3 254へ申し込む(完全予約制・先着順)

7~9月生まれの方の基本健康診査の申し込みを受け付けます

種類 一般健康診査 41歳以上の市民、若年健康診査 16~39歳の市民、成人歯科健康診査 41歳以上の希望する市民(50・60・70歳を除く)

受診期間 7月1日(土)~9月30日(土)、三鷹市および杉並区内(胃腸科・歯科を除く)の協力医療機関で

6月19日(月)~9月15日(金)に総合保健センター ☎46 3 254へ直接または電話で申し込み。電子申請 <https://www.e-tokyo.lg.jp/info/res/top/PrtRTopMenu.do>も可。

平成18年度中に40・45・50・55・60・65・70歳になる方、41歳以上の三鷹市国民健康保険加入の方 66歳以上の方には6月下旬に受診票を送りますので申し込み

は不要です(40・50・60歳の方には肝炎・胃・歯周疾患、45・55・65歳の方には肝炎・歯科、70歳の方には肝炎・歯周疾患、65歳以上の方には基本チェックリストを併せて送ります)

の方は希望により肝炎検査(B・C型)を血液検査の1項目として受けることができます。

総合保健センター ☎46 3254

児童手当・児童育成手当 資格該当者は申請を児童手当 対象は、小学校修了前までの児童を養育している方 手当は、第1・2子が月額各5千円、第3子以降が月額1万円

児童育成手当 対象は、18歳に到達後最初の3月31日までの児童を養育しているひとり親家庭の母または父、重度の障がいを持つ母、父または

両親のいない児童を養育している方 手当は、児童1人につき月額1万3千500円

児童育成障害手当 対象は、障がい(身障手帳1~2級程度、愛の手帳1~3程度程度、脳性マヒまたは進行性筋萎縮症)を持つ20歳未満の児童を養育している方 手当は、児童1人につき月額1万5千500円

いすれも、支給するには申請が必要です(所得制限あり)

くわしくは子育て支援室 ☎内線2677へ

現況届を忘れずに! 児童手当・児童育成手当・乳幼児医療助成 現況届は、引き続き手当の支給や医療証の交付を受けるためのもので、この届出がないと資格があっても継続できませんので

児童手当の新規該当の方は申請を

対象が小学校6年生まで拡大。所得制限が拡大。くわしくは子育て支援室(市役所4階) ☎4番窓口(内線) ☎2677へ。

ご注意ください。届出用紙は順次発送中です。

6月19日(月)~30日(金) (集中受付期間) ☎17181 8 555三鷹市役所子育て支援室へ送付する。

同室 ☎内線2677

ひとり親家庭から申し込み 援セセミナー参加者募集! 母子家庭、父子家庭、専業主婦の方を対象に地域での生活を支援するため子育てなどに関するセミナー、ワークショップと個別相談を行います。1回だけの参加でも構いません

防事業を受けるように勧められた方は、地域包括支援センターにご相談ください。

総合保健センター ☎46 3254

介護保険施設の居住費・食費負担の軽減の更新はお早めに

更新申請に必要なもの申請書(現在認定を受けている方には送付済み)、平成18年6月30日までの有効の減額認定証

平成18年1月1日に三鷹市外に在住していた方は世帯全員の平成18年度住民税非課税証明書が必要です。

6月20日(火)までに高齢者支援室(市役所1階 番窓口)へ提出する。郵送も可。新たに、介護保険施設への入所やショートステイの利用を予定している方は、利用する月の月末までに減額認定の申請をしてください。

多摩府中

保健所

☎0422-3622-2334

精神保健医療相談 ☎7月18日(火)・25日(火)午後2時~4時 思春期相談 ☎7月7日(金)午前9時30分~正午 アルコール相談 ☎7月10日(月)午後2時~4時

母子保健講演会・ダウン症児の健康管理と療育について 対象は就学前のダウン症児の家族、お子さんに関わる職種の方、関心のある方

6月28日(水)午前10時~正午 同保健所で、講師は小児科医師の日暮眞さん。先着70人。いすれも事前に同保健所へ電話で申し込み。場所は相模原市武蔵野三鷹地域センターと三鷹市総合保健センターに分かれることがありますので、申し込みの際に必ずご確認ください。

介護予防プログラムの

65歳以上の方には基本健康診査時に、基本チェックリストを併せて実施されます。その結果、医師から介護予

訪問介護等利用者負担額助成認定証の更新について

住民税非課税世帯の方を対象に、訪問介護などのサービスの自己負担額を助成しています。現在ご利用の助成認定証は、6月30日(金)で有効期限が切れます。7月1日(土)以降に対象となる方、または所得の増加などにより対象外となる方には、6月末に結果をお知らせします。なお認定証の更新についての申請は不要です。

対象サービス・利用者負担額助成割合

訪問介護 訪問看護 7% 通所介護 通所リハビリテーション 5% (従来の4%から拡充)

高齢者支援室 ☎内線2685