

3/31(火) 令和元年度 高齢者肺炎球菌ワクチンの接種費用を一部公費負担しています

まで ※新型コロナウイルスによる肺炎を防ぐワクチンではありません。

問 健康推進課 ☎内線4202

肺炎球菌による肺炎は、成人の肺炎の25~40%を占め、高齢者は特に重篤化する恐れがあります。今年度の対象者で接種を希望する方は、かかりつけ医にご相談ください。

①過去に同ワクチンを接種したことがない市民で、②3月31日までに65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方、③接種当日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方

所 市内協力医療機関(下表)

※武蔵野市、調布市の協力医療機関でも接種できます(武蔵野市で接種する場合は、総合保健センターで発行する予診票が必要)。

¥ 自己負担金5,000円(医療機関で支払い)

申 事前に医療機関に連絡のうえ、健康保険証など年齢や住所を確認できるものを持参し、接種を受けてください

※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、自己負担金が免除されます。生活福祉課(市役所2階21番窓口)で交付する予診票(免除用)と受給証明書を医療機関へお持ちください。

下連雀エリア

協力医療機関	住所	電話番号
吉祥寺通り花岡クリニック	下連雀1-9-24	47-8799
鎌田医院	下連雀1-30-12	43-4621
下田医院	下連雀2-18-1	44-3710
三鷹南口内科	下連雀3-7-29 レジデンス三鷹1階	43-2122
サンクリニック三鷹	下連雀3-15-18 KAISER三鷹フロント4階	44-5660
平嶺医院	下連雀3-24-7	43-2838
片平内科クリニック	下連雀3-27-12 4階	79-0271
三鷹痛みのクリニック	下連雀3-27-12 コアパレス常葉11 5階	79-2103
三鷹レディースクリニック	下連雀3-31-4 ライオンズマンション三鷹第8 1階	70-1150
みたか中村脳神経外科 クリニック	下連雀3-34-15 アトラス三鷹レジデンス202	40-5070
三鷹駅前内科・糖尿病 クリニック	下連雀3-36-1 トリコナ3階	24-8010
みたか南口泌尿器科 クリニック	下連雀3-36-1 トリコナ3階	26-8075
三木クリニック	下連雀3-37-8 KMビル101	71-7001
みたかヘルスケア クリニック	下連雀3-38-4 三鷹産業プラザ5階-B	40-0102
むさし野 さいとうクリニック	下連雀3-43-19 グローリオ三鷹1階	70-1071
サウスポイント MYクリニック	下連雀3-43-23 サウスポイント三鷹2・3階	46-7851
かんの内科	下連雀3-44-17 エルヴェ三鷹203	40-5022
のぞみメモリークリニック	下連雀4-2-8	70-3880
東京国際大塚病院	下連雀4-8-40	47-1000
角田外科消化器科医院	下連雀4-9-1	45-3251
つちや小児科	下連雀4-16-11 ロージュマン白百合1階	40-1488
高松メディカル クリニック	下連雀4-16-12 三鷹第一ビル2階	70-1035
たきがわクリニック	下連雀4-20-15 1階	41-7777
三鷹病院	下連雀5-1-12	47-0800
今給黎整形外科 クリニック	下連雀6-2-16アトラス吉祥寺	26-5320
くぼかわ内科医院	下連雀6-2-16 メディカルコート吉祥寺 1階	24-7353
173総合内科クリニック	下連雀6-8-50 パークスクエア1階	26-5173
みなみうら生協診療所	下連雀7-1-27 オタリ南浦ビル1階	48-4121
あんず訪問クリニック	下連雀7-8-15 シェリ三鷹101	70-5112
野村病院	下連雀8-3-6	47-4848
三鷹第一クリニック	下連雀8-9-21	46-4141
渡辺こどもクリニック	下連雀9-5-1 泰成マンション1階	41-1550

牟礼・井の頭エリア

協力医療機関	住所	電話番号
本田医院	牟礼1-12-10	43-8310
三鷹さくらクリニック	牟礼2-11-5	43-6410
牟礼高山診療所	牟礼4-2-14	70-4976
むれクリニック	牟礼6-4-8	44-1739
横内医院	牟礼6-6-14	43-0910
天神前クリニック	牟礼7-1-24	71-8191
しんかわ医院	牟礼7-5-14 牟礼クリニックモール2階	70-5711
下川整形外科	井の頭1-24-14	43-5933
笹本医院	井の頭1-31-22	44-5802
慶真整形外科	井の頭2-1-17 石伊ビル203	79-7600
松川内科クリニック	井の頭2-1-17	70-5525
牟礼の里駅前クリニック	井の頭2-7-9 栗原ビル1階	40-6054
高水クリニック	井の頭2-14-2	76-1232
石井医院	井の頭2-32-37	44-3090
藤林医院	井の頭3-12-15	43-4322
岡庭医院	井の頭3-21-16 2階	43-8367
若林医院	井の頭4-16-10	43-0526
武蔵野みどり診療所	井の頭5-7-36	24-9933

中原・北野・新川・野崎エリア

協力医療機関	住所	電話番号
いりえ内科クリニック	北野4-5-30 キューブコート烏山101	03-5314-3577
三鷹東クリニック	北野4-8-40 1階	03-6909-0565
まさ整形外科	北野4-12-17 きたのメディカルパーク2階	70-6670
ゆうあいクリニック	新川4-25-18	41-6611
新川クリニック	新川5-6-21	43-0123
所澤クリニック	新川6-9-6 シンエイビル2階	76-6055
川越内科クリニック	新川6-25-4 メディカルモールグレッセント101	24-2231
のぞきはちまん前内科	野崎1-22-8 レヴァンティア1階	48-3735
萩原医院	野崎2-11-16	31-1500
野崎医院	野崎3-18-18	31-8373

上連雀・井口・深大寺・大沢エリア

協力医療機関	住所	電話番号
小島内科クリニック	上連雀2-4-8	45-1210
篠原医院	上連雀2-9-5 1階	45-1859
浅野クリニック	上連雀3-5-19	46-5512
高山医院	上連雀4-2-29	43-0700
松崎整形外科医院	上連雀4-3-5 三鷹シティハイツ101	48-3151
三鷹中央病院	上連雀5-23-10	44-6161
うちらは内科クリニック	上連雀7-11-7 1階	40-6180
ヨシコクリニック	井口1-22-24	32-5517
あかいしクリニック	深大寺2-35-29	39-5941
天文台クリニック	大沢1-17-2 1階	30-7929
長谷川病院	大沢2-20-36	31-8600
奥田医院	大沢4-13-12	32-8151
八幡診療所	大沢5-3-11	31-8092

健康コラム

気管支ぜんそく

成人のぜんそくの患者さんが増えています。高齢者は慢性閉塞性肺疾患(COPD)や高血圧、糖尿病などの病気を患っていることもあり、身体機能や認知機能が低下していることもあり、治療には配慮が必要です。

ぜんそくは、気道の慢性的なアレルギー性炎症により、気管支が狭くなって、せきや痰(たん)、ぜい鳴、呼吸困難発作などが生じる病気です。アレルギーとは、ダニやハウスダスト、花粉、カビなどが体に侵入して起こる免疫反応のことです。空気中の特定の物質に対してアレルギー反応を起こしやすい体質をアトピー素因といいますが、成人ぜんそくはアトピー素因を持たない非アトピー型が7割を占めています。

高齢の患者さんは、ぜんそくになってからの年数が長く、重症化しやすく、ぜい鳴よりも息切れが主症状となることもあり、また、COPDとの合併(ACC)や心疾患との見分けも必要です。

ぜんそくの治療とは、吸入ステロイド薬の定期的な吸入によって、ぜんそく症状を抑えることです。また、吸入ステロイド薬と気管支拡張薬を一緒にした配合剤もあり、吸入器にはいろいろな種類があるので、正しい吸入法をマスターして、薬剤を肺の隅々まで行き渡らせることが重要です。

日常生活では、ぜんそくを悪化させない注意が必要です。たばこはCOPDの原因であり、吸入ステロイド薬の効果を減らしてしまうので禁煙が必要です。風邪やインフルエンザは、ぜんそく悪化の誘因ですので、ワクチンをぜひ接種しましょう。ストレスや過労、肥満、運動不足もぜんそく悪化の要因です。ウォーキングなどで全身の筋肉をほぐし、適正体重を保ちましょう。

問 三鷹市医師会 ☎47-21155