

## 健康 子どもと高齢者の予防接種

健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内） ☎32-2069

予防接種は、感染症に対する免疫を獲得して、病気にならないようにするために行います。予防接種でしっかり体を守りましょう。接種可能な医療機関など、詳しくはお問い合わせください。

### 子どもの予防接種 定期予防接種の種類(対象年齢者は無料)

予防接種名	対象年齢	回数
BCG	1歳になるまでの間	1回
B型肝炎ワクチン	1歳になるまでの間	3回
乾燥ヘモフィルスb型 (Hib)ワクチン	生後2～7カ月未満	4回
	生後7～12カ月未満	3回
	生後12～60カ月未満	1回
小児用肺炎球菌ワクチン	生後2～7カ月に至るまで	4回
	生後7～12カ月未満	3回
	生後12～24カ月未満	2回
四種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ) ※2期は二種混合(ジフテリア・破傷風)	1期 生後3～90カ月(7歳6カ月)未満	4回
	2期 11～13歳未満	1回
日本脳炎*1	1期 生後6～90カ月未満	3回
	2期 9～13歳未満	1回
麻しん(はしか) 風しん(MR)	1期 生後12～24カ月未満	1回
	2期 5歳～7歳未満であって小学校就学前の1年間	1回
水痘(水ぼうそう)ワクチン	生後12～36カ月未満	2回

\*1 平成19年4月1日生まれ以前で20歳未満の人は、20歳になるまでの間、接種できなかった1～2期の回数分を特例対象者として接種することができます。平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人は、9歳～13歳未満の間、接種できなかった1期の特例対象者として接種することができます  
※県外の医療機関などで子どもの予防接種を受ける場合、予防接種償還払制度をご利用ください

### 高齢者の予防接種 (高齢者肺炎球菌予防接種)

#### ■予防接種法に基づく定期接種

**対象** 2019年4月2日～2020年4月1日の間に65、70、75、80、85、90、95、100歳になる人(平成31年度は大正8年4月1日生まれ以前の人も含む)で市が実施する定期接種と任意接種の助成を受けていない人、または、60歳～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する人

**接種費用** 5,120円  
(3,000円の助成後の自己負担額)  
**接種回数** 1回  
**接種期限** 2020年3月31日(火)



## 募集 津山市健康づくり推進審議会と津山市食育推進会議の委員を募集します

健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内） ☎32-2069

市では、健康づくりと食育の推進のため、さまざまな意見や提言をいただき、施策の方向性などを審議する「津山市健康づくり推進審議会委員」と「津山市食育推進会議委員」を募集します。

**募集人員** 各2人 **報酬** 日額7,100円 **任期** 委嘱日から2021年3月31日(年間1回程度、会議を開催)  
**応募資格** 2019年4月1日現在、18歳～70歳で、市内に在住している人  
**応募方法** 任意の様式に①住所、②氏名(ふりがな)、③生年月日、④性別、⑤電話番号、⑥職業または勤務先(学生の場合は学校名)を記入し、各テーマ(津山市健康づくり推進審議会委員=健康づくりを推進するために、津山市食育推進会議委員=私が考える食育とは)による作文(400字詰め原稿用紙2枚程度)を添えて、郵送または直接提出する  
**応募期間** 4月22日(月)～5月21日(火)必着 **選考方法** 書類審査  
※選考結果は、応募者全員に郵送で通知します。なお、両方の委員を兼ねることはできません

## 健康 健康診査・がん検診を受けましょう

健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内） ☎32-7009

市では、6月から健康診査・がん検診を始めます。市内の医療機関で個別受診ができます。また、津山すこやか・こどもセンターなどで行う集団健(検)診もあります。自分の健康状態を確認するために、ぜひ、受診してください。なお、健康診査受診券・がん無料クーポン券の対象者には、5月下旬に個別通知します。

### 平成31(2019)年度の健(検)診 年齢：2020年4月1日現在

対象	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳～74歳	75歳～
男女とも			特定健診=40～74歳の津山市国民健康保険加入者			高齢者健診=後期高齢者医療保険加入者	
			肝炎ウイルス検診(B・C型、B型のみ、C型のみ)=40歳以上で、今まで肝炎ウイルス検診を受けたことがない人				
			胃がん(胃部エックス線検査)・結核・肺がん・大腸がん検診=40歳以上 ※注意点①⇒ 胃がん検診(胃内視鏡検査)=50歳以上(2年に1回、偶数年齢)				
女性			子宮頸がん検診=20歳以上				
			※注意点②⇒ 乳がん視触診=40歳以上(偶数年齢) 乳がん検診(視触診・マンモグラフィ併用)=41歳以上(奇数年齢)				
男性			前立腺がん検診=50～69歳				

#### がん検診の受診の注意点

**注意点①** 平成30年度に胃内視鏡検査を受けた人は、胃内視鏡検査と胃部エックス線検査を受けることができません。また、平成31(2019)年度から胃内視鏡検査は鏡野町国民健康保険病院(鏡野町)と武田医院(鏡野町)でも受診が可能になりました  
**注意点②** 偶数年齢の人は視触診を、奇数年齢の人は視触診・マンモグラフィ併用を受けることができます

## 健康 4月から人間ドック受診費用の一部助成を開始 40歳～74歳の津山市国民健康保険加入者

健康増進課（津山すこやか・こどもセンター内） ☎32-2071

定期的な健診の受診による健康づくりを促すため、特定健康診査受診券を使用せず個人で人間ドックを受診した人に、受診費用の一部助成を始めました。

**対象** 受診時に津山市国民健康保険に加入していて、次のすべてに当てはまる人

- ①昭和20年4月1日～昭和55年3月31日生まれ
- ②属する世帯が津山市国民健康保険料や市税を完納している
- ③同一年度内に津山市が実施する特定健康診査や肺がん・胃がん・大腸がんの検査を受診していない
- ④同一年度内に津山市人間ドックの助成を受けていない

**助成対象の人間ドック** 県内の医療機関で受診し、次のすべての検査項目を含むもの  
特定健康診査の基本項目、貧血検査、心電図検査、血清クレアチニン検査、腹部超音波検査、胃部(エックス線または内視鏡)検査、胸部エックス線検査、大腸がん(便潜血2日法または内視鏡)検査

**助成金額** 上限15,000円(受診費用(職場などから費用負担を受けた場合は、その金額を差し引いた額)から5,000円を控除した額)

**申請方法** 保険年金課または各支所・出張所に備え付けの申請書に記入し、必要書類を添えて直接提出する  
**持ってくるもの** 印鑑(スタンプ印は不可)、振込口座が分かるもの、人間ドック検診結果表と領収書の写し、未使用の特定健康診査受診券(個別通知する5月下旬までは不要)など

**申請期限** 受診日から90日以内