

インフルエンザ予防接種は、高齢者の発病や重症化を防止するのに有効です。また、インフルエンザの症状は、昨年海外で流行したSARS(重症急性呼吸器症候群)と似ていることから、流行が重なれば深刻な感染拡大を招く危険性があります。インフルエンザの流行を極力おさえるため、接種を受けましょう。

市保健所健康管理課tel(883)1179

対象者

接種日に満65歳以上のかた
60歳以上65歳未満のかたで心臓や腎臓、呼吸器の機能障害または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害が認められるかた(身体障害者手帳1級程度)

接種期間

10月1日～来年1月31日
効果が現れるまで2週間程度かかります。できるだけ年内に接種を済ませましょう

接種料金

秋田市に住民票のあるかたで市内で接種する場合は、1,000円。市外での接種は医療機関へ直接問い合わせてください。ただし、上記対象者の生活保護受給者は無料

持ち物

健康保険証、生活保護受給者証明書、上記の疾患を証明するもの(身体障害者手帳)、老人健康手帳(お持ちのかた)

65歳以上のみなさん インフルエンザ定期 予防接種を受けましょう!



接種の際に医師と相談が必要なかた

接種が受けられないかた

注意事項

次のいずれかに該当するかたは、あらかじめ主治医とご相談ください。
心臓病・腎臓病・肝臓病やその他の慢性の病気で治療を受けている
以前にインフルエンザの予防接種で2日以内にアレルギー-症状があらわれたけいれんを起こしたことがある
免疫異常を指摘されたことがある
インフルエンザ予防接種液の成分、鶏卵、鶏肉などに対してアレルギー-がある

37.5度以上の熱がある
重い急性疾患にかかっている
インフルエンザワクチンでアナフィラキシ-ショックを起こしたことがある
その他医師が不適当と判断した場合
「アナフィラキシ-ショック」とは、通常接種後30分以内に起こるひどいアレルギー-反応のこと

生ワクチン接種後4週間以上、不活化ワクチンまたはトキソイド接種後1週間以上の間隔をあける
予防接種後30分は医療機関で様子を見る
インフルエンザワクチン接種後24時間は副反応の出現に注意し、観察する
予防接種当日の入浴は差し支えないが、過激な運動や大量の飲酒は避ける

受けよう! 健康診査

10月末まで受託医療機関で実施中

10月31日(日)まで、市内163か所の受託医療機関で、健康診査を行っています。料金など、詳しくは、広報あきた8月13日号をご覧ください(右下記のかたは無料)。ただし、職場で検診を受ける機会のあるかたは対象となりませんので、ご了承ください。

今年度から、「前立腺がん検診」を実施しています。また、国保加入者は、新たに「子宮頸がん検診」と「前立腺がん検診」が無料になります。対象になるかたの受診をお勧めします。

実施している健康診査

基本健康診査 **大腸がん検診** 対象 40歳以上

肝臓ウイルス検診 **節目検診**...対象 基本健康診査対象者のうち、平成16年4月1日から平成17年3月31日までに40・45・50・55・60・65・70歳になるかた

節目検診以外のかた...対象 過去に肝機能異常を指摘されたことのあるかた 広範な外科的手術を受けたことのあるかた、または、妊娠・分娩時に多量に出血したことのあるかたで定期的に肝機能検査を受けていないかた

前立腺がん検診 対象 基本健康診査対象者の50歳以上

乳がん検診 **子宮がん検診** 対象 30歳以上の女性

骨粗鬆症検診 対象 40歳、50歳の女性

「結核の制圧、みんなの力で!」

9月24日(金) 30日(木)
結核予防週間



「結核と闘う
「シール坊や」

結核は、今でも国内最大の感染症。せき、くしゃみのしぶきでうつり、初期症状はかぜにそっくりです。確実な服薬で結核は治ります。異変を感じたら、早めに受診しましょう。また、結核を防ぐため、大人は毎年結核検診を受け、子どもはBCGを接種しましょう。

健康診査が無料になるかた

70歳以上のかた...前立腺がん検診以外の検診が無料になります。年齢を証明できるもの(健康保険証など)をお持ちください

生活保護世帯のかた...「医療のしおり」をお持ちください

市民税非課税世帯のかた...平成16年度の「市民税・県民税(所得・課税)証明書」をお持ちください
秋田市国民健康保険の加入者...基本健康診査、大腸がん検診、前立腺がん検診、子宮頸がん検診が無料になります。「秋田市国民健康保険被保険者証」をお持ちください

問い合わせ 市保健所保健予防課tel(883)1172



健康のつどい

10月11日(月)

問い合わせ スポーツ振興課
tel(866)2247

参加無料

八橋陸上競技場とその周辺 午前10時～

ユニカール フライングディスク ペタンク
ターゲットバードゴルフ 3B体操 空手道
エアロビクス 太極拳 スポーツチャンバラ
ビームライフル スポーツ東洋療法 体力テストなど
県立体育館の一般開放 県立スポーツ会館でのスタミナ診断など
同日、秋田市体育協会創立70周年記念として、地域の体協
対抗駅伝が行われますので、ご声援ください!

ニュースポーツ交流会 午前9時～

ソフトバレー 市立体育館メインアリーナ
バウンドテニス 市立体育館サブアリーナ
ミニテニス 土崎体育館、茨島体育館
グラウンドゴルフ 太平山リゾート公園グラウンドゴルフ場

フリーマーケット出店者募集 小雨決行

当日、陸上競技場前で行われるフリーマーケットの
出店者を募集します。参加料 1 区画1,000円。定数
150区画。未成年のかたは保護者同伴で。飲食類の
販売は禁止です。申し込みは10月4日(月)まで(財)秋
田市体育協会へ。tel(896)5331

健康あきた市21推進事業

市民健康フォーラム

直接会場へ
入場無料

10月24日(日)午後1時～4時 文化会館

より多くの方々に健康づくりへの関心
をもっていただくため、フォーラムを開催し
ます。わかりやすく、楽しく、一緒に健康の
コツを学びましょう。

基調講演 午後1時15分～

「生涯にわたるスポーツライフの実現」
講師 長澤光雄さん(秋田大学助教授、体育学修士)



健康劇 午後2時30分～

「心身ともに健康に、
いくつになってもキラめき人生」
年齢も職業もさまざまな団員が集ま
った岩手県花巻市の劇団「ぜんとよ
うようくらぶ」による舞台です。



大爆笑間違いなし?!

健康 コーナー

意識調査から見た市民の健康
小学生の健康づくりポスター展示
体脂肪、血圧などのチェック
保健師、栄養士による健康相談

問い合わせ

市保健所保健総務課tel(883)1170

健康 はつらつ情報

男性料理教室

旬の素材でバランスのとれた食事
作りを学んでみませんか。40歳以上
の男性が対象。受講無料。定員32人。
とき / 10月22日(金)午前10時～午後1
時 ところ / 市保健センター
持ち物 / 筆記用具、エプロン
申し込み 9月28日(火)から市保健
所保健予防課tel(883)1175

肝臓病教室

C型肝炎の最近のインターフェロ
ン治療などについて、医師、看護師、
管理栄養士が講演。無料。直接会場へ。
とき / 10月2日(土)午前10時～11時30
分 ところ / 市立秋田総合病院
問い合わせ 市立秋田総合病院医
事課tel(823)4171

秋田大学発「秋田の健康」

骨粗鬆症の予防と治療、自殺予防
について秋田大学医学部教授らが講
演します。入場無料。直接会場へ。
とき / 10月9日(土)午後1時30分～4

時 ところ / 秋田大学工学資源学部
1号館 共通127講義室
問い合わせ 秋田大学社会貢献・
国際交流室tel(889)2270

臓器移植フォーラム

医師、臓器移植コーディネーター、
提供者の家族の講演や、臓器移植を
考える演劇など。無料。直接会場へ。
とき / 10月10日(日)午後1時30分～4
時 ところ / 県総合保健センター
問い合わせ (財)秋田県臓器移植推
進協会tel(832)9555

成人歯科相談

歯科衛生士が、歯周病、むし歯など、
歯の健康についての相談に応じます。
電話で予約が必要です。申し込みは市
保健所保健予防課へ。tel(883)1174
とき / 10月19日(火)午前9時30分～正
午 ところ / 市保健センター

歯周疾患検診の委託医療機関追加

10月まで行われている歯周疾患検診
の委託医療機関に広面歯科クリニック
(広面字樋ノ下19-1)が加わりました。
ご利用ください。tel(831)0561



懇談会の様子

秋田市食品安全推進懇談会 食品の安全性に意見

市保健所では、8月20日、
第1回秋田市食品安全推進懇談会
を開催しました。この会
は市内の食品の安全性を確保
するため、公募で選ばれた2
人を含む消費者、生産者、製
造者、流通販売者、学識経験
者で構成されたものです。

今回は、保健所の監視指導
への質問、路上での食品販売
に対する衛生指導や農作物の
残留農薬の検査などについて
の意見がありました。

今後も安心して食事ができ
るよう、食品の安全性について
意見交換を行っていきます。

