



# 参加してみませんか？ こんにちは赤ちゃんサロン

お母さん同士で妊娠中のこと、出産や育児のことについてゆっくり話してみませんか。先輩ママ、助産師や保健師をはじめ、専門スタッフからアドバイスなど役立つ話が聞けたり、友達や育児仲間ができたりするチャンスです。みんなで楽しいひとときを過ごしましょう。

【対象】市内に在住の妊婦、乳児期(1歳くらいまで)のお子さんがいるお母さん・お父さん

【時間】午前 10 時～ 11 時 30 分(受け付け開始は午前 9 時 40 分～)  
【持参するもの】母子健康手帳、筆記用具  
【申し込み方法】電話  
【申込期限】開催日の前日  
【申し込み・問い合わせ】  
市民生活部健康推進課(健康推進係)  
☎ 0220(58)2116

## 開催日と内容

	開催日	場所	内容
プレママクラス	5月13日(火)	南方子育てサポートセンター(南方町新高石浦 130 番地)	妊娠中の過ごし方、歯の手入れ、母乳について
	7月9日(水)		お産の流れ、思いを話そう、パパも一緒に学ぼう
ママ&プレママクラス	4月24日(木)	中田子育て支援センター(中田町上沼字大柳 117 番地 2)	ママストレッチでリフレッシュ・栄養の話
	5月28日(水)	迫子育て支援センター(迫町佐沼字錦 108 番地)	子どもの成長と病気、おもちゃを作ろう
	6月18日(水)	南方子育てサポートセンター(南方町新高石浦 130 番地)	みんなで離乳食を作ろう

# 微小粒子物質「PM2.5」 濃度上昇にご注意ください



最近、中国での深刻な大気汚染の発生を受け、原因物質の一つである微小粒子状物質「PM2.5」が大陸から日本に飛来、健康に危害を及ぼすのではないかと心配されています。

## ●微小粒子状物質「PM2.5」とは

大気中に漂う 2.5 μm (1 μm (マイクロメートル) = 1mm の 1000 分の 1) 以下の微小な粒子のことです。

## ●主な発生源

(1) 物の燃焼などによって直接発生

▶ボイラーや焼却炉などのばい煙を発生する施設 ▶コークス炉や鉱物堆積場など粉じん(細かいちり)を発生する施設 ▶自動車、船舶、航空機 ▶土壌、海洋、火山の噴煙など自然由来のもの ▶喫煙や調理、ストーブの使用など家庭からーなど

(2) さまざまな物質が大気中で化学反応し生成

▶火力発電所、工場や事業所、自動車、船舶、航空機などから燃料の燃焼によって排出される硫酸化合物、窒素化合物 ▶溶剤や塗料の使用時や石油取扱施設からの蒸発、森林などから排出される揮発性有機化合物ーなど

⇒これらのガス状物質が大気中で光やオゾンと反応し PM2.5 が生成されます。

## ●肺の奥深くに入り込む恐れがあります

PM2.5 は非常に小さいため(髪の毛の太さの 30 分の 1 程度)、肺の奥深くまで入りやすく、呼吸器系などへの悪影響が懸念されています。特に呼吸器系や循環器系の病気を持つ人、お年寄りや子どもなどは悪影響

を受けやすいと考えられますので、注意が必要です。

## ●健康への悪影響を防ぐため注意喚起します

県では健康への悪影響を防ぐため、下記の「注意喚起の判断基準」に基づき注意喚起します。

市では県からの連絡により、防災無線などで注意喚起をします。その際は長時間の激しい運動を減らすなどの対応をしましょう。特に幼児や高齢者、呼吸器系や循環器系の疾患のある人は、体調に応じて、より慎重に行動しましょう。

【屋外にいるとき】▶PM2.5 を大量に吸い込まないように、長時間の激しい運動を減らす ▶マスクを着用する  
【屋内にいるとき】▶不必要な外出はできるだけ控える ▶換気や窓の開閉を必要最小限にする

## ■注意喚起の判断基準

午前	午後
5時～7時の平均値が 85 μm/m <sup>3</sup> 超かつ 8 時の 1 時間値が 50 μm/m <sup>3</sup> 超	5時～12時の平均値が 80 μm/m <sup>3</sup> 超
対象	対象
測定局の中央値(平均値を大小の順に並べたとき、中央に位置する値)	測定局の最大値

※測定局=樫ヶ岡局、宮城局、中野局、大和局  
※PM2.5 濃度は季節による変動があり、例年、3月から5月にかけて濃度が上昇する傾向が見られます。

【問い合わせ】市民生活部環境課(生活環境係)  
☎ 0220(58)5553

# 予防接種を 忘れずに

【予防接種とは】麻疹(はしか)やポリオなど感染症の中には、かかると重症化して、場合によっては生命に関わるものもあります。そのような病気から子どもを守るのが予防接種です。感染症はそれぞれのワクチンで予防できます。ワクチンは、ウイルスや菌が作り出す毒素の力を弱めて作られます。予防接種で感染症の発病や重症化を予防しましょう。



【定期接種と任意接種】予防接種には、予防接種法に基づき市町村が実施する「定期接種」と本人や保護者の希望で受ける「任意接種」があります。「定期接種」は A 類疾病と B 類疾病に分けられます。それぞれ対象となるワクチンや年齢などが決められています。A 類疾病の対象者は無料です。

【任意接種】の費用は、自己負担となっています。市では、感染症の予防と重症化予防のため、4 種類の任意予防接種費用の全額または一部を助成しています。

対象となり、まだ受けていない予防接種がある場合は、体調の良いときに早めにお受けください。

【問い合わせ】市民生活部健康推進課(健康推進係)  
☎ 0220(58)2116

## ■定期の予防接種(接種費用は、全額市が負担します)

A 類疾病	予防接種の種類	接種回数		対象者
		接種回数	対象者	
A 類疾病	ジフテリア・百日せき・破傷風	1 期初回	3 回	生後 3 カ月から 90 カ月に至るまでの間
		1 期追加	1 回	
		2 期	1 回	11 歳以上 13 歳未満
	ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ	1 期初回	3 回	生後 3 カ月から 90 カ月に至るまでの間
		1 期追加	1 回	
	ポリオ	初回	3 回	生後 3 カ月から 90 カ月に至るまでの間
		追加	1 回	
	麻疹・風疹	1 期	1 回	生後 12 カ月から 24 カ月に至るまでの間 小学校就学前の 1 年間(※1)
		2 期	1 回	
	日本脳炎(※2)	1 期初回	2 回	生後 6 カ月から 90 カ月に至るまでの間
1 期追加		1 回		
2 期		1 回		
B 類疾病	インフルエンザ	1 年に 1 回	① 65 歳以上の人 ② 60 歳以上 65 歳未満で心臓、腎臓または呼吸器などに重い病気のある人	

※1 麻疹・風疹(2期)の予防接種期間は、平成 27 年 3 月 31 日までです。期間を過ぎると任意接種となり、有料になります。  
※2 特例措置として、日本脳炎の予防接種を受ける機会がなかった平成 7 年 4 月 2 日～平成 19 年 4 月 1 日生まれの人も、20 歳未満の間は定期接種として受けることができます。

## ■任意の予防接種(接種費用の全額または一部を市が負担します)

予防接種の種類	対象者	助成回数	助成額
おたふくかぜ	1 歳以上 7 歳未満(小学校就学前まで)	1 回	全額
水痘(水ぼうそう)(※3、※4)	1 歳以上 7 歳未満(小学校就学前まで)	2 回	
ロタワクチン	1 価ワクチン(2 回接種): 生後 6 週から 24 週まで	2 回	全額
	5 価ワクチン(3 回接種): 生後 6 週から 32 週まで	3 回	
高齢者肺炎球菌(※4)	① 満 60 歳以上で呼吸器疾患の身体障害者手帳を所持している ② 満 60 歳以上で医師から慢性呼吸器疾患の診断を受けている ③ 満 65 歳以上	1 回	3,000 円

※3 水痘の予防接種は、平成 26 年 4 月 1 日から 2 回分を全額助成します。  
※4 水痘と高齢者肺炎球菌の予防接種は、平成 26 年 10 月頃に定期接種となる予定です。対象年齢など変更になる場合があります。接種を希望する人は、早めにかかりつけの医師と相談し予定を立てましょう。