

# ヘルシーナ 健康応援ナビ

NAVI



健康課  
市役所内  
☎23-3515 FAX 23-3810  
あつみライフランド  
☎33-0386 FAX 33-0319

## 成人男性風しんの抗体検査・風しん 第5期定期予防接種の実施について

① 1006193

### ◆風しんとは、どんな病気？

風しんは、発熱、発疹、リンパ節の腫れを特徴とするウイルス性発疹症です。症状は、明らかな症状が現れないものから、重篤な合併症の併発まで幅広いため、症状のみで風しんと診断することは困難です。妊娠20週ごろまでの妊婦が風しんウイルスに感染すると、出生児が先天性風しん症候群（先天性心疾患、難聴、白内障など）を発症する可能性があります。

### ◆働く世代の男性へ

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性は、これまでに予防接種法に基づく風しんの定期予防接種を受ける機会がなく、抗体保有率が低いといわれています。風しんの感染拡大防止のため、この年代の男性を対象者として、令和元～3年度末の3年間で、風しんの

抗体検査および抗体価が陰性の方に對する風しん（麻疹風しん混合）ワクチンの予防接種を実施します。

### ◆風しんの抗体検査およびワクチンの予防接種

実施年度	対象者
令和元年度	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性
令和2年度	決定次第通知します
令和3年度	決定次第通知します

### 【対象者】

なお、令和元年度の対象者でなくとも、上記の対象の年代の男性であれば早期の実施が可能です。希望される方は健康課までご連絡ください。

### 【料金】無料

【実施期限】抗体検査  
令和2年2月29日 予防接種  
令和2年3月31日



【受診方法】①国民健康保険の方  
原市特定健康診査と同時受診が可能です。対象者の方に5月中旬～下旬に郵送される「2019年度田原市特定健診（国保基本健診）・がん検診のご案内」をご確認ください。

②社会保険の方  
会社などの健康診断（事業所健診）と同時受診が可能です。勤務先までお問い合わせください。

③健診と同時に受診ができなかった場合  
市内医療機関、市外または全国の契約医療機関にて、抗体検査および予防接種の受診が可能です。契約医療機関に関してはこちらのQRコードでご確認ください。



▲風しんの追加的対策HPのQRコード

【抗体検査受診時の持ち物】クーポン券、健康保険証、現住所の分かる免許証など

【予防接種受診時の持ち物】右記に加え、抗体検査結果票

## お手軽3分フィットネス ⑬

お手軽3分フィットネス集  
スポーツ課などで配布中！

### ねじる動作で伸ばす！背中ストレッチ

背中を伸ばすことで、肩こり・猫背などの改善につながります！ねじる動作で効率的に伸ばしましょう！

スポーツ課 ☎23-3531



- 1 あぐらをかいて、両腕を頭上に伸ばし、手首をつかむ。
- 2 ①の状態から、つかまれたほうの手首をひねり正面を向ける。
- 3 ②の状態から、つかんだほうの手で手首を上へ引っ張り、下半身が動かないように、上体を斜め前に倒し、20秒間キープする。

※①から③を左右両方で行い、数セット繰り返す。