

保 健  
便 り

ヘルスイノベーション

HealthInformation

お知らせ

9月10日～16日は  
自殺予防週間です

こころのサインに気付いたら：（悩んでいる人になたができること）

■こころの悩みに気づいて  
いますか？

・こころの悩みを抱えている人はいませんか？

・まずは気づいてあげることが大切です。

・話に耳を傾けましょう。

■悩んでいる人を安心させよう

・悩んでいる人の話はよく聴きましょう。

・安心できる情報を伝えましょう。

（※内閣府企画制作…ゲートキーパー一般啓発用DVDより）

9月10日(水)、ヨークベニマル石橋店において、栃木県県南健康福祉センター職員、下野市職員等による自殺予防県内一斉街頭キャンペーン（広報活動）を実施します。

■問い合わせ先

健康増進課 ☎(52)11116

みんな  
救急医療を守ろう

誰もがいつでも安心して救急医療を受けられるよう、次の3つを普段から心がけていただき、適正な利用にご協力ください。

①かかりつけ医（医科・歯科）をもちましょう

②できるだけ診療時間内に受診しましょう

③救急車は本当に必要な時だけ利用しましょう

■夜間・休日の急な病気は、  
まず夜間休日急患センター  
または在宅当番医（救急告示  
医療機関当番医）へ

小山地区では、夜間や休日の急病に対して安心して医療が受けられる体制が整っています。比較的軽微な場合は、まず「夜間休日急患センター」（歯科の場合は「休日急患歯科診療所」）、「在宅当番医（救急告示医療機関当番医）」を受診してください。詳しくは42ページをご覧ください。

■問い合わせ先

健康増進課 ☎(52)11116

麻しん・風しん予防接種を受けましょう！

■定期の麻しん風しん混合(MR)予防  
接種費助成

■対象者

○1歳児（生後12月～24月に至るまでの間にある方）

○年長児（平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの方、平成27年3月31日まで接種）

■助成内容

年長児の方に、麻しん風しん混合(MR)予防接種の案内を4月下旬に送付しました。未接種の方は、期間内は公費負担(無料)で接種できますので、早めにきちんと受けましょう。

■任意の風しん予防  
接種費助成

妊娠初期に風しんにかかると胎児に感染して、先天性風疹症候群（難聴、先天性心疾患、白内障及び網膜症等）が高い確率で発生します。風しんの抗体検査と予防接種で、未来の赤ちゃんを守りましょう。

■対象者

下野市に住所を有する19歳以上の方で、抗体検査により抗体値が低値であると判明している方のうち次のいずれかに該当する方が対象です。女性（妊娠を予定または希望している49歳以下の方）とその夫

①妊娠している女性の夫

※妊娠中は予防接種をうけることはできません。女性の方は、あらかじめ1か月間避妊した後に接種し、接種後は約2か月間の避妊をしてください。

■助成期間

平成27年3月31日まで

■助成内容

○風しんワクチン

1回 3,000円

○麻しん風しん混合(MR)

1回 5,000円

※MRワクチンでの接種をお勧めします。医療機関では、助成額との差額をお支払いください。

■問い合わせ先

健康増進課 ☎(52)11116