



妊娠中の RSウイルスワクチン

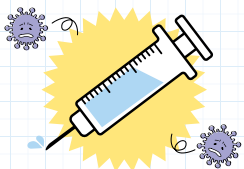
川口市立医療センター 産婦人科 **ただのりお 武田 規央**

RSウイルスは乳幼児や高齢者に呼吸器症状を引き起こすウイルスで、生後1歳までに半数以上、2歳までにほぼ全ての乳幼児が一度はRSウイルスに感染すると言われてます。症状としては発熱、鼻汁、咳など風邪と同様の症状が数日続きます。初めて感染した乳幼児の約7割は軽症で、数日で回復すると言われてますが、約3割は気管支炎や肺炎などを発症し、入院治療が必要となる場合もあります。

妊娠28週0日から36週6日までの間に、妊婦がワクチンを1回接種した場合には、出生後の乳幼児のRSウイルス感染による気管支炎や肺炎などを予防する効果が認められています。ただし、接種から14日以内に出生した場合は有効性が十分に確認されていないため、妊娠34週ごろまでの接種が推奨されています。

これまで、妊婦へのRSウイルスワクチン接種は自費(3万円前後)でしたが、令和8年度からは予防接種法に基づく定期接種(公費負担)の対象となりました。

ワクチン接種は、かかりつけの医療機関でも対応していますので、接種を希望されるかたは、妊婦健診の際に担当医へご相談ください。RSウイルスワクチンに関する詳細は厚生労働省ホームページまたは市ホームページをご確認ください。



朝ごはんを食べよう！～6月は食育月間です～

今日の朝ごはんは何を食べましたか。忙しい朝はなかなか時間を確保することが難しいかもしれませんが、朝ごはんは1日のスタートを支える大切な習慣です。朝ごはんを食べて、元氣よく1日を過ごしましょう！

朝ごはんを食べるメリット

●生活リズムが整う！

人間の体には「体内時計」と呼ばれる機能があり、約25時間の周期で動いています。1日は24時間のため、朝ごはんを食べ、朝日を浴びることでそのズレが整い、規則正しい生活につながります。

●体温を上昇させて、体や脳を活性化させる！

朝ごはんを食べることで胃腸が消化・吸収のために動き始め、エネルギーを消費するときに熱が生成されて体温が上昇します。また、よく噛んで食べることで脳の働きを活発にします。

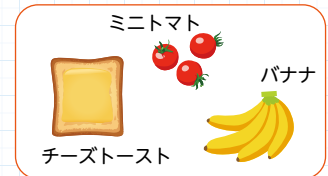
●便通を良くする！

胃腸が刺激されて便意が生じ、自然な排便を促します。

●肥満を防止！

朝ごはんを食べないと、体はエネルギー不足を補おうとするため、昼ごはんや夕ごはんをで摂った栄養を脂肪としてため込みやすくなります。

～忙しい朝におすすめな食事の組み合わせ例をご紹介します～



作りやすいものや、食べやすいものを1つでもいいので、まずは食べてみることから始めてみませんか？

問 地域保健センター ☎048-256-1120 FAX048-256-2023

川口市の 官民連携地域情報ウェブサイト



イベント情報もチェック

TRIC Kawaguchiとは
行政情報だけでなく、地域やお店の情報など、さまざまな川口の情報が集まる川口市公式の地域情報ウェブサイトです。



きゃぼらんグッズ

広報課(第一本庁舎6階)で好評発売中!



ワンポイント 手話講座

今月は「天気予報」を紹介します。
「天気」と「予想」の手話を組み合わせて表現します。

①天気

手のひらを前(向こう)に向け、顔の前で上に向かって弧を描く。



②予想

手の甲を前(向こう)に向け、頭の横から斜め上へ揺らしながら上げていく。



問 障害福祉課

☎048-259-7926 FAX048-259-7943

川口市 広報課 職員による
ちょっとだけた!? 市政情報番組
85.6 MHz City Information
FM Kawaguchiで放送中
放送日・平日の10分間…10:00、13:50、17:50、20:00

ぜひご利用ください
暮らしに役立つ情報が満載
きらり川口情報メール