

## すこやか生活習慣

### 【麻しん(はしか)の予防接種を受けましょう】

#### ○麻しんは、こわい感染症です

麻しんは春先から初夏にかけて流行する感染症です。感染力はとて強く、免疫のない人がウイルスに接すると、ほとんどの人が感染して発病します。

主な症状は高熱や全身の発しん、激しい咳、下痢などです。また、合併症として、肺炎、脳炎を起こす可能性もあります。

#### ○麻しんにかからないために

麻しんを予防するには、予防接種を受けることが唯一の方法です。対象年齢に該当する場合は、無料で予防接種を受けることができます。(対象年齢は、下の表をご覧ください)

小さい子どもほど重症化しやすいので、1歳になったらできるだけ早めに予防接種をうけましょう。

| 予防接種の種類          |    | 接種方法                      | 対象年齢                |
|------------------|----|---------------------------|---------------------|
| 麻しん風しん<br>混合(MR) | 1期 | 麻しん風しん<br>混合ワクチン<br>を1回接種 | 1~2歳未満              |
|                  | 2期 |                           | 5~7歳未満のうち小学校就学前の1年間 |
|                  | 3期 |                           | 中学1年生               |
|                  | 4期 |                           | 高校3年生相当             |

#### ○予防接種の受け方

平成18年度から、より高い予防の効果をを得るために、第1期、第2期の2回、予防接種を受けるように制度が変わりました。

麻しんと風しんを予防する効果のある麻しん風しん混合MRワクチンを第1期、第2期にそれぞれ1回ずつ接種します。

対象になるかたには、詳しい案内と接種の際に必要な予診票が入った通知が送られます。受けられる医療機関一覧を確認し、予約をしてから受けてください。

#### ○第3期、第4期とは?

平成20年度から5年間にわたって実施される予防接種です。第2期を接種していない世代が2回目の接種をするためのものですので、3回目、4回目の接種ということではありません。

健康 ひろばの「予防接種」の欄(27ページ)もご覧ください。

## 子育て支援

### ①みんなであそぼう

1~3歳児の親子で楽しむいろいろな遊びや、子育てに関する講習など年齢別に子育てのヒントや遊びを提供します。

●9カ月~1歳の親子(7・12・3月)…各10組

●1歳児の親子 } (毎月)…各15組

●2~3歳児の親子 }

●講習・イベント(1~3歳児の親子)・(5~7月・10月・12~3月)…各20組

☆参加申し込みは1カ月1回となります。

☆詳細は、4月号からの広報かわぐちでお知らせします。

### ②親子サークル

0歳児を持つ親子の仲間づくりの場

初めて子育てをするお母さんと子どもが集まり、交流を深めます。

\*期間 第1期…5月~6月

第2期…10月~11月 } \*各期5回コースで10組

第3期…1月~2月

### ③園庭開放

保育所の庭を9:30~11:00まで開放します。予約は必要ありません。

3月の園庭開放は11日(水)・12日(木)です。

10時までにお入りください。(受付は9:30~10:00です。)

### \*申し込み・問い合わせ…子育て支援センター

南青木保育所 ☎251-7249 (受付時間 月曜日~金曜日)

戸塚西保育所 ☎298-4952 (13:00~16:00)

### ③育児相談

日時…毎週月~金曜日 13:00~16:00

場所…南青木保育所 ☎251-7261

戸塚西保育所 ☎295-0930

※次の場所でも「子育て親子の交流の場の提供」「子育てに関する相談」「子育て情報の提供」を毎日実施しています。また講座などのイベントもあります。詳細は各保育園に問い合わせください。

●川口駅前保育園地域子育て支援センター(川口1-1-1) ☎222-6011

●川口こども園(安行領根岸1291) ☎286-0069

●キッズプラザアスク東川口保育園(戸塚4-21-1) ☎298-0083

# 健康ガイド

Health Care Digest

## 健康アドバイス



### 「痛みとペインクリニック」

医療センター 麻酔科  
副部長

荒川 一 男

ペインクリニックとは「痛みを専門に診療する臨床科」という意味で、麻酔科の医師が主体となって診療を行っています。痛みが起る原因は、大きく次の3つに分けられます。

- ① 体に傷害が発生した場合、例えば骨折した腕が痛む原因は、骨の障害
- ② 痛みを伝える神経に障害のある場合、例えば脳卒中後に半身に出現する痛みの原因は、脳卒中による神経の障害
- ③ 精神心因的な問題のある場合、例えば恋に破れて胸が痛い訴える痛みの原因は、失恋による精神心因的な問題。

このように単独の原因によって痛みが起ることもありますが、慢性痛では①、②、③の全てが原因として混在し、痛みが続いていることもまれではありません。従って、

痛みの診療とは、原因を診断しそれに対する適切な治療法を選択することであって、ただ鎮痛薬を処方するという単純なものではありません。

このためペインクリニックでは外科、内科、整形外科、精神科(当院では休診中)など多くの臨床科と連携して診療を行っています。治療手段として神経ブロック、レーザー照射、薬物療法、認知行動療法などを用いていますが、現在の医学では完全に取り除くことのできない痛みが存在することも事実です。その場合、ペインクリニックでは痛みがあっても生活の質を維持できる方法を患者のみならず一緒に考えていきます。

いろいろな治療を受けても痛みから解放されないと悩みのかたは、ペインクリニックを受診してみてください。