

医師会 だより #33



带状疱疹予防ワクチン 定期接種について

尾道市でも令和7年4月1日から带状疱疹予防ワクチンの定期接種が始まりました。対象者の方にはすでに案内はがきが届いていると思います。带状疱疹という病気は体の半分に帯(おび)のように赤いぶつぶつが出て、徐々に広がり、水疱になります。またぶつぶつが出た部位に痛みを伴うことも特徴です。加齢、ストレス、過労など免疫力の低下によって発症しやすくなると言われています。基本的には治る病気ですが、高齢者や持病のある方は痛みが長引きなかなか治らず、しんどい思いをすることもあります。顔面に発症した場合、顔面神経麻痺や難聴などの合併症を併発することもあります。予防接種の対象は令和7年度に65歳になられる方、60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方となっています。経過措置として65歳を超える方については、令和7年度に70・75・80・85・90・95・100歳を迎

える方、100歳以上の方は令和7年度に限り全員対象となります。案内はがきにも書いてありますが過去にワクチンを規定の回数接種している人は対象になりませんので注意が必要です。基本的には一度きりの発症ですが、複数回発症することもありますので、带状疱疹の既往がある方でも接種の対象となります。ワクチンは2種類あり、一度で済む生ワクチンと2ヶ月以上の間隔を置いて計2回接種する組み換えワクチン(不活化ワクチン)の2種類あります。価格は案内はがき、市HPをご参照ください。効果は2回接種するワクチンのほうが高いとされていますが、接種部位の疼痛、倦怠感、発熱などの副反応が出やすいとも言われています。ご希望の方は予防接種施行しているクリニックにあらかじめ予約を取っていただき接種してください。

数田皮膚科医院院長
数田泰治さん

子育て

相談・講習会

行事名	場所	日程	受付時間(終了時間)	対象	備考
乳児健康相談(要予約)	総合福祉センター	6月23日(月)	9:20~11:00	0~12カ月の児	☑身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び ☑親子(母子)健康手帳、バスタオル
離乳食講習会(要予約)	総合福祉センター	7月14日(月)	9:40~10:00 (11:40まで)	乳児の家族 ☑12人	☑離乳食の進め方の話、月齢毎の調理実習、試食、栄養相談・質問 ☑親子(母子)健康手帳、筆記用具、エプロン、マスク、お手拭きタオル
	因島総合福祉保健センター	6月16日(月)	13:00~13:20 (15:00まで)	乳児の家族 ☑12人	
	御調保健福祉センター	6月18日(水)	13:20~13:30 (15:00まで)	乳児の家族 ☑8人	
授乳相談(要予約)	総合福祉センター	6月17日(火) 24日(火)	13:30~	妊婦または出産後概ね1年6カ月までの人 ※個別相談。原則1人2回まで。	☑授乳(母乳やミルクの量など)に関する相談 ☑親子(母子)健康手帳、バスタオル1枚、その他必要なもの(タオル、着替え、ミルク、哺乳瓶など)
		7月1日(火) 8日(火) 15日(火)			
5歳児相談(要予約)	総合福祉センター	8月5日(火) 19日(火) 9月2日(火)	13:00~	令和2年8~9月生まれで、発達など気になることがある児 ☑6/20組	☑通っている市内保育所・幼稚園(市内保育所等に通っていない人は健康推進課へ連絡)
親子(母子)健康手帳の交付(要予約)	総合福祉センター	6月22日(日)	9:00~12:00	妊婦か夫(パートナー) ☑6/20組	☑妊娠届出書、本人確認できるもの
ぽかぽかルーム体重測定の日(要予約)	御調保健福祉センター	7月4日(金)	①10:00~10:30 ②10:45~11:15	生後0カ月~1歳6カ月児 ☑各回1組	☑身体測定、子育て相談、親子ふれあい遊び、ハーフバースデー写真撮影 ☑親子(母子)健康手帳、バスタオル

乳幼児健診

健診名	場所	日程
4カ月児健診	総合福祉センター	6月26日(木)
	御調保健福祉センター	7月1日(火)
	因島総合福祉保健センター	7月15日(火)
1歳6カ月児健診	総合福祉センター	7月3日(木)
	御調保健福祉センター	7月1日(火)
	因島総合福祉保健センター	7月15日(火)

※対象者には個別通知します。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。年間日程・対象者については市HPをご覧ください。

【尾道地域(向島を含む)】☑健康推進課 (☎0848-24-1960 ☒0848-24-1966)
【因島・瀬戸地域】☑因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)
【御調地域】☑御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

健診名	場所	日程
3歳児健診	総合福祉センター	6月19日(木)
		7月9日(水)
	7月10日(木)	
	御調保健福祉センター	7月1日(火)
因島総合福祉保健センター	7月15日(火)	

おのみち 子育て支援センター

キッズ☆ステーション尾道内月~金曜9:00~16:00(祝日、年末年始を除く)
☎0848-37-2409

リズムでちよこちよ 親子で心と体をリフレッシュ
7月3日(木)10:00~11:30
☑概ね1歳半~3歳の未就園児と保護者
☑10組程度
☑6/26(木)13:30~

いのしま 子育て支援センター

芸予文化情報センター内3階月~金曜9:00~16:00(祝日、年末年始を除く)
☎0845-22-1545

キラキラ親子体操
7月1日(日)10:00~11:00
☑2歳以上の子と保護者
講師 田中悦子さん
☑10組
☑6/17(水)9:00~

赤ちゃんとあそぼう!

7月4日(日)10:00~11:00
☑1歳までの子と保護者
☑10組
☑6/20(金)9:00~

すくすくKIDS&子育て相談(夏まつりを楽しもう!)

7月11日(金)10:00~11:00
☑1~2歳の子と保護者
☑10組
☑6/27(金)9:00~

ふれあいちよこちよ 親子でできるあそびのヒント

7月16日(木)10:00~11:30
☑概ね7カ月~1歳半の子と保護者
☑10組程度
☑7/9(水)13:30~

Babyちよこちよ 赤ちゃんマッサージ 足編

7月11日(金)10:00~11:30
☑概ね2~6カ月の子と保護者・妊婦
☑10組程度
☑7/4(金)13:30~

はっぴいこちよこちよ 親子でできるあそびのヒント

7月16日(木)10:00~11:30
☑概ね7カ月~1歳半の子と保護者
☑10組程度
☑7/9(水)13:30~

栄養相談 ~栄養士さんにきいてみよう~

7月29日(木)10:00~11:30
☑未就学児の保護者(毎月実施)
☑食事(離乳食・授乳含む)の相談※1組15分程度の個別。
☑随時受付中

生口島 子育て支援センター「はっぴい」

旧東生口幼稚園 月・火・水・金・第3土曜9:00~16:00(第3土曜前日の金曜・祝日、年末年始を除く)
☎0845-28-1345

親子でわらべうたを楽しもう
7月1日(日)10:00~11:00
☑未就学児と保護者
講師 前田和子さん(おのみちわらべ)
☑6組程度
☑6/21(土)~

東尾道 子育て支援センター「あしたひろば」

ベイタウン尾道組合会館内1階月~金曜9:00~16:00(祝日、年末年始を除く)
☎0848-47-5585

リトミック~親子で音楽に合わせて体を動かそう~
7月10日(木)9:30~10:00
②10:15~10:45
☑①1歳で歩ける子と保護者
☑②2歳~未就園児と保護者
講師 村尾きみかさん ☑各5組
☑7/3(水)9:00~

はっぴいヨガ~のびのび~

7月8日(日)10:00~11:00
☑未就学児の保護者
講師 田中友紀さん
☑5組程度(託児あり)
☑6/21(土)~

子育て防災教室 ~いざという時のために~

7月16日(木)10:00~11:00
☑未就学児の保護者
講師 防災プログラムトレーナー
☑5組程度(託児あり)
☑6/21(土)~

向島 子育て支援センター「たち」

旧向東支所内 月・火・水・金・第3土曜9:00~16:00(第3土曜前日の金曜・祝日、年末年始を除く)
☎0848-45-1305

ヨガでリフレッシュ
7月2日(日)9:30~11:00
☑未就学児の保護者
講師 高原香枝子さん(国際ヨガ協会) ☑5組程度
☑ヨガマット・バスタオル
☑6/18(水)~

子育てのヒント座談会

7月25日(金)9:30~10:15
②10:30~11:45
☑①歩く前までの子の保護者
☑②歩ける子の保護者
講師 洲脇美智子さん
☑各5組程度 ☑7/11(金)~

親子で楽しむ音楽あそび

7月23日(水)9:30~11:00
☑未就学児と保護者
講師 河田尚子さん(音楽療法士)
☑5組程度
☑7/9(水)~

わかばタイム あかちゃんとのゆったり時間~家の中で起こる事故~

7月16日(木)14:00~15:00
☑2~10カ月の乳児と保護者
☑5組程度 ☑6/30(月)~

みつぎ 子育て支援センター「みつけ」

みつぎこい会館内 月・水・金曜9:00~16:00第3土曜9:00~12:00(祝日、年末年始を除く)
☎0848-76-0888

ベビーヨガ~ベビーヨガで赤ちゃんの体のことを知ろう~
7月30日(木)9:30~10:15
②10:45~11:30
☑2カ月~歩くまでの子と保護者
講師 吉廣朱美さん(助産師) ☑バスタオル
☑各7組 ☑7/23(水)13:00~

ベビーマッサージ「ハハコ」

7月4日(日)10:00~11:30
☑2カ月~ハイハイ期の子と保護者・妊婦
講師 前有里恵さん(保育士)
☑8組程度
☑6/16(月)~

すくすく子育て相談

7月8日(日)10:00~11:30
☑未就学児の保護者と妊婦
講師 管理栄養士と子育て支援コーディネーター
☑6組程度 ☑6/23(月)~

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。☎日時間 ☒場所 ☑対象 ☒内容 ☒電話 ☒定員 ☒料金 ☒持ち物 ☒締切 ☒ホームページ