

## 高齢者肺炎球菌予防接種 ワクチン変更

4月から、高齢者の定期接種で使用されるワクチンが、より有効性や安全性などが高いものに変更になり、料金が変わります。

**対象** 過去に接種（自費を含む）を受けたことのない方、かつ千葉市に住民登録があり、接種日時点で次のいずれかに該当する方

- ・65歳
- ・60～64歳で、心臓、腎臓、呼吸器機能に身体障害1級の障害がある、または、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に身体障害1級の障害がある

**料金** 3月31日まで＝3,000円（非課税世帯などは全額免除）  
4月1日以降＝6,000円（非課税世帯は一部免除（3,000円）、生活保護世帯などは全額免除）

**備考** 接種時はマイナンバーカードなどの本人確認書類を持参してください。全額または一部免除に該当する場合は、介護保険料決定通知書、生活保護受給証明書など免除の対象であることが確認できる書類を持参してください。

☎医療政策課 ☎238-9941 ☎245-5554



## オーバードーズは危険です

近年、生きづらさから医薬品を過剰に摂取（オーバードーズ）してしまう10代・20代の若者が増えています。医薬品は用法・用量を守らず過剰に摂取すると、健康被害を引き起こしたり、やめられなくなったりする可能性があります。詳しくは、[千葉市 オーバードーズ](#)

**保護者の方は、次の点に気を配りましょう**

- ・家にある処方薬、市販薬が減っていませんか。
- ・子どもの部屋などに薬の箱や包装が散乱していませんか。
- ・自らSOSを出すことが苦手な子どももいるので、じっくり話を聞くようにしましょう。
- ・対応に困った時は、信頼できる人や相談窓口にご相談してみましょ。

**相談先** ・こころの健康センター ☎204-1582

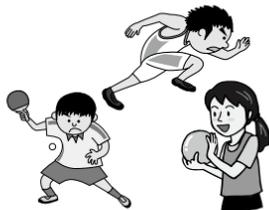
- ・保健福祉センター健康課
- ・青少年サポートセンター（中央）☎245-3700
- ・県警察少年センター「ヤング・テレホン」☎0120-783-497（20歳未満の少年に関する相談）
- ・県薬務課 ☎223-2620
- ・一般社団法人千葉ダルク ☎209-5564
- ・千葉菜の花家族会代表 ☎090-2543-7852
- ・その他の相談先は、[まもろうよ こころ](#)
- （SNSの相談窓口もあります。）
- ・医療機関への相談は、[医療情報ネット](#)

☎医療政策課 ☎245-5210 ☎245-5554

### 全国障害者スポーツ大会予選会

## ゆうあいピックの参加者募集

スポーツを通じて、知的障害のある方の自立と社会参加を進めるために、千葉市ゆうあいピックを開催します。この大会は、10月に青森県で開催される全国障害者スポーツ大会の予選会を兼ねています。



**日時** 5月20日(水)9:30から（卓球は10日(日)9:00から）

**対象** 2014年（平成26年）4月1日以前に生まれた知的障害のある方

**種目・会場**

競技	種目	会場
陸上	競走（50m、100m、200m、400m、800m、1500m、4×100mリレー） 跳躍（立ち幅跳び、走り幅跳び、走り高跳び） 投てき（ソフトボール投げ、ジャベリックスロー）	青葉の森スポーツプラザ陸上競技場
フライングディスク	アキュラシー（5m、7m） ディスタンス	青葉の森スポーツプラザ野球場
ボウリング	アメリカン方式2ゲーム	アサヒボウリングセンター（中央区新宿2-1-5）
水泳	自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ（いずれも25m、50m）	ハーモニープラザ
卓球	シングルス	

\*1人1競技。フライングディスク・水泳は1人2種目、陸上は1人1種目（リレー参加の場合は2種目）まで可。

**申込期間** 3月6日(金)～4月13日(月)必着

**申込方法** 申込書（3月6日(金)から、保健福祉センター高齢障害支援課、障害者自立支援課で配布）を配布元へ直接持参。

☎障害者自立支援課 ☎245-5175 ☎245-5549

## 海外渡航時には感染症にご注意を

海外渡航の予定がある方は、次のことに注意してください。

**渡航前** 渡航先の感染症情報の確認、予防接種の検討など適切な感染予防を心掛けてください。各国（地域）の感染症情報は、検疫所ホームページで確認できます。[FORTH](#)

- 渡航中**
- ・手洗いなどの基本的な衛生対策をしましょう。
  - ・現地では、生水・氷入り飲料・生ものなどの飲食は避け、下痢・発熱・発疹などの症状がでた場合には、速やかに現地の医師の診察を受けましょう。
  - ・現地の動物（鳥類や犬、ラクダなど）には、不用意に接触しないようにしましょう。
  - ・肌の露出を避け、虫よけ剤を使用するなど、蚊やダニに刺されないような対策をしましょう。

**帰国時** 健康上心配なことがあれば、空港や港に設置されている検疫所に必ず相談しましょう。

**帰国後** 帰国後数日～1週間以上経ってから具合が悪くなる場合があります。具合が悪くなった場合は、事前に連絡した上で医療機関を受診し、渡航先・期間、現地での飲食・行動歴、動物との接触の有無、ワクチン接種歴などについて伝えてください。

☎感染症対策課 ☎307-7273 ☎238-9932

## 8020長生きよい歯のコンクール

80歳になっても20本以上の自分の歯を保っている方を対象に、「8020長生きよい歯のコンクール」の参加者を募集しています。

詳しくは、[8020長生きよい歯のコンクール](#)

**対象** 市内在住の80歳以上（1946年（昭和21年）4月1日以前生まれ）で、歯が20本以上ある方（かぶせた歯・さし歯でも可。過去に参加された方を除く）

**備考** 審査は5月21日(木)に美浜保健福祉センターで、表彰式は7月ごろに市役所で実施

**申込方法** 3月19日(木)必着。はがきに必要事項(11面)を明記して、〒260-8722千葉市役所健康推進課へ

☎健康推進課 ☎245-5223 ☎245-5659