



# 健康のススメ

## 風疹について



お話：吉弘クリニック 吉弘きよみさん 電話 TEL0866-52-2704

### 風疹から家族を守るために 予防接種と抗体検査を

#### 風疹とは

ご存知のように、風疹は昔から「三日ばしか」とも呼ばれ、発熱や発疹、リンパ節腫脹などを特徴とする病気で、病原体は風疹ウイルスで、主に飛沫感染（咳、くしゃみなど）によって伝染します。発疹が開始する2〜3日前から、発疹が出た5日後くらいまで感染力があります。潜伏期（感染して発症する期間）は2〜3週間で、初めは風邪症状に似ています。特効薬はなく、症状を抑えるための治療をします。風疹を含め、麻疹や水痘、おたふくかぜなど、子どものときであれば軽傷で済むことが多い病気でも、大人になつてかかると症状が重くなることもあります。また、妊娠中の人が感染すると、赤ちゃんが「先天性風疹症候群」にかかって生まれてくる可能性があります。

#### 先天性風疹症候群とは

風疹の抗体を持っていない妊娠中の人が、妊娠初期（妊娠20週頃まで）にかかると、高確率で胎内感染を起こしてしまうとされています。妊娠11週以前は100%、12〜16週でも50%と非常に高い確率で感染します。生まれてくる赤ちゃんに、難聴、先天性心疾患、そして精神や身体の発達の遅れなどの障がいその他、さまざまな症状が出現してしまうこととなります。障がいは全てとは限らず、このうち1つか2つのみ出現する場合もあり、気付くまでに時間がかかることもあります。

#### 風疹の発生状況

1990年代前半頃までは5〜6年ごとの流行がありました。したが、幼児の定期予防接種が行われるようになった平成

6年以降は大流行はなくなりました。しかし、2011年にアジアで集団発生が見られてからは、日本でも患者数が激増し、昨年は前年の6倍となっています。患者の多くが20代から40代の男性です。この年代の男性は子どもの頃予防接種の対象でなかったり、対象であっても受けていなかったりして、抗体を持っていない人が多いからです。

#### 予防接種で家族を守る

特効薬がないからこそ予防接種が大切です。「子どものころにかかった」「ワクチンを受けた記憶があるので大丈夫」

という人も1回の予防接種では抗体が不十分な場合があります。ぜひ風疹抗体検査を受けてください。検査で抗体が低いと判定された人は真実市内の医療機関であれば予防接種費用の助成が受けられます。（平成27年3月31日まで）もし「2回も病院に行けない」という人は、助成は適応されませんが、抗体検査をせずに予防接種を受けることもできません。もし体に風疹抗体を持っていても、接種することでさらに強い免疫になってくれますので問題はありませぬ。この機会に、風疹から大切な家族とあなた自身を守りましょう。

### あなたも必要かも 抗体検査

次に該当する人は予防接種を受けていない可能性があります。妊娠を希望する女性やその家族など無料で抗体検査を受けられる場合もありますので早めに抗体検査をしましょう。

★ S37. 4. 2～S54. 4. 1生まれの男性  
集団接種が行われていましたが、中学生女子のみが対象でした。

★ S54. 4. 2～S62. 10. 1生まれの男女  
男女とも中学生時に接種対象でしたが、医療機関での個別接種であったため、接種率の低い世代に当たります。

★ S62. 10. 2～H2. 4. 1生まれの男女  
男女とも幼児期に接種機会がありましたが、受けていない人や1回だけの接種で抗体が不十分な人がいます。

電話 健康推進課 TEL0867-42-1050



松岡きよさん(上河内)  
大正3年8月1日生まれ



大倉ヨシエさん(落合垂水)  
大正3年7月28日生まれ



林 文子さん(一色)  
大正3年7月20日生まれ

市内で3人の方が百歳を迎えられ、記念のお祝いが行われました。何より仕事が好きで、好き嫌いがなく、何でも食べるという林さん。甘いものがとにかく好きで、長生きの秘訣は、くよくよせず落ち込まないことという大倉さん。スポーツのテレビ観戦が好きで、最近はずっとのワールドカップも見たという松岡さん。皆さんの共通点は、好き嫌いがなく何でも食べ、若い時にとっても忙しく働かれたということです。皆さん、これからも健康には十分気を付けていただき元気で過ごしてください。

百歳のお祝い続々と  
長寿おめでとうございます

# どふと まにわ 真庭 まちの話題

## 7/27 笑顔で手拍子、クラシックは楽しい

コミカルな動物たちがクラシックを奏でる「音楽の絵本」が勝山文化センターで行われました。クラシックからアニメのメドレーまで幅広い楽曲とコミカルな動きで、訪れた約600人を魅了しました。(宝くじ助成事業)



## 8/13 ふるさとで夏のひとときを

中和ふるさと祭りが、中和小学校グラウンドを会場に開催され、地元住民や帰省客などでにぎわいました。宝探しやカラオケ大会、ラムネの早飲み大会などが企画され、夏のひとときを楽しく過ごしました。



## 8/19 楽しみながら防災を学ぶ

子ども防災dayキャンプが、真庭高校落合校地で開催され、市内の小学生30人と真庭高校生徒40人などが参加しました。高校生がリーダーとなり小学生と一緒に、非常食作りや防災体験などを行いました。



勝山木材ふれあい会館で行われた説明会(7/28)

7月28日から8月7日まで森林所有者を対象に、木質資源の生産・供給の仕組みに関する説明会(真庭森林組合主催)が市内各所で行われました。来年4月の真庭バイオマス発電所稼働に向け、林地残材の搬出を呼び掛けるとともに、所有者情報や搬出の計画といった事前登録などが必要なことを説明。集まった森林所有者からは、収集や運搬について熱心に質問していました。買い取りは、10月1日から開始予定。

木質資源の活用に向けて  
木質資源の生産・供給に関する説明会



7/26 Tシャツアートで遊んじゃおう  
(勝山文化往来館ひしお)



8/1 セタまつり  
(勝山文化センター)



8/5 どきどき工作教室  
(久世公民館)



久世リバーサイドフェスティバル(8/14)



北房地域交流夏まつり(8/9)



# 夏祭り

ふるさとにぎわう

落合納涼花火大会(7/26)



美甘夏まつり(7/26)

ほんざき祭り(8/17)



7月下旬から8月中旬にかけ、市内各地で夏のイベントが開催され、帰省客や家族連れらでにぎわいました。

# 夏休みに残った

今年は、天気はあまりよくなかったけど、思い出はいっぱいできた夏休み。子どもたちの思い出を、ほんの少し写真で紹介しします。



8/10 きもだめし祭り  
(久世エスパセンター)



8/6 放課後子ども教室交流会  
(川東小学校)



8/14 月田さかなのつかみ取り  
大会(月田川)



8/9 わくわく宇宙科学実験教室  
(落合ショッピングセンターサンプラザ)



8/5 かげぼうし 凧作り  
(旧村岡邸)



8/17 蒜山すもう大会  
(蒜山中学校)



8/9 読書感想文書き方教室  
(勝山図書館)



吉念仏踊【県指定重要無形民俗文化財】

(8/16撮影)



大宮踊【国指定重要無形民俗文化財】

(8/15撮影)



勝山千代萬歳豊稔踊【市指定重要無形民俗文化財】

(8/14撮影)



鹿田踊【市指定重要無形民俗文化財】

(8/14撮影)

夏の風物詩 盆踊り

地域で踊り継がれている「盆踊り」。中でも「大宮踊」「吉念仏踊」「勝山千代萬歳豊稔踊」「鹿田踊」は、重要無形民俗文化財にも指定されており特に有名です。伝統の盆踊りの一場面を写真で紹介しします。

日本海から太平洋まで海山の幸がどーんと大集合!

# 海の市・山の市 2014 真庭 MANIWA 真庭



会場には100を超えるテントが並びます。特産品やグルメに加えて、体験コーナーもいっぱいの親子で楽しめるイベントです。初秋の蒜山高原で、お腹も心も満たしましょう。

## 9.28日

9:30~15:30

### 蒜山高原三木ヶ原 特設会場



海の幸も満載!



ジャージー牛にタッチ



真庭産木材の山崩し



ご当地グルメも勢ぞろい

【問い合わせ先】  
海の市・山の市真庭実行委員会  
(商工観光課内)  
TEL0867-42-1033

まじわりのスキッツ!!  
編集後記

とある夏祭りの取材での出来事。取材先で先輩に合い、タコ焼きを買ってもらいました。ふたを開けると、8個のタコ焼きが入っていました。一個食べると：ん？タコが入っていない。たまたまだろうと思ってもう一個。ん？またタコが入ってない。結局8個のタコ焼きのうち、4個にタコが入っていないませんでした。タコが入っていないのは何焼きですか？ 横山

今回、農家さんやレストランへ取材で訪問しました。旬を迎えた野菜や果物は、色艶もよくおいしそう。さらに、こだわりの苦労のお話をお聞きしているともっとお話しそうに。そんな私の心を見透かしてか試食を勧めていただき、旬を堪能させていただきました。もうすぐ食欲の秋。食卓に素材の味を生かした一品を増やしてみようかと思えます。 小山

満州にいたとき、鉄道で移動中に畑で失敬したスイカがおいしくてなあ。小さかった頃、もう随分前に亡くした祖父がよく聞かせてくれました。あの頃は「じいちゃん戦争中にスイカがっばらった話」程度にしか聞いていませんでしたが、今にして思えばもっといろいろ教えてもらえばよかったとしみじみ感じます。戦争体験の生の声。とても貴重です。 江崎