

## 3月31日(火)まで! 予防接種はお早めに!

感染症の重症化を防ぐ「最も確かな予防策」がワクチンです。下記のA類定期予防接種とB類定期予防接種は、3月31日(火)までです。3月は医療機関が混み合いますので、対象の方は機会を逃さず接種をご検討ください。

### A類定期予防接種

#### ■ MRワクチン（麻しん・風しん）第2期

▶対象：年長児（平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ）

#### ■ HPVワクチン

下記の対象に当てはまる方は、今年度が最後の機会です。接種途中のままになっていないか確認しましょう。

#### ▶対象

○高校1年生相当（平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ）の女性

○キャッチアップ接種対象者（平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性のうち、令和4年4月1日から令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した方）

### B類定期予防接種

#### ■ 帯状疱疹ワクチン

#### ▶対象

○65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上の方

○60歳以上65歳未満の方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいを有する方（身体障害者手帳1級または2級所持者）

※対象の方には、令和7年4月に予診票を郵送しています。

#### ■ 新型コロナウイルス感染症ワクチン

#### ▶対象

○65歳以上の方

○60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいを有する方（身体障害者手帳1級または2級所持者）

※対象の方には、令和7年9月に予診票を郵送しています。

## 見過ごさないで！血管の病気のサイン “足は第2の心臓です” 市民健康ひろば

自覚症状のないまま進行する「動脈硬化」。脳卒中や心筋梗塞の大きな原因となるこの病気は、早めに知って、早めに防ぐことが大切です。この講演会では、痛みのない簡単な検査で血管の状態をチェックし、医師が分かりやすく動脈硬化と予防についてミニレクチャーを行います。お気軽にご参加ください。

▶日時：3月7日(土)午前10時～午後0時30分

▶場所：谷和原公民館（古川1025）

▶参加費：無料

▶申込方法：電話（☎ 0297 - 25 - 2100）でお申し込みください。申し込み時、検査体験の予約時間をお伝えします。

▶申込期間：1月26日(月)～2月27日(金)

▶共催：筑波メディカルセンター病院

#### ■ 動脈硬化検査体験（ABI検査）

手足に血圧計を巻き、血圧の差を見る検査です。血管が狭くなってしまうとその先の血圧が低くなることから、血管の問題を発見することができます。

▶時間：ミニレクチャーの前後の時間で行います。予約時間は、申し込み時にご確認ください。検査は1人5分程度です。

▶対象：65歳以上の市内在住・在勤の方

▶定員：50人（先着順）

※腕や手首を出しやすい服装でお越しください（ストッキングやタイツの着用はご遠慮ください）。

#### ■ ミニレクチャー「動脈硬化に気をつけよう」

▶時間：午前11時～11時30分

▶対象：市内在住・在勤の方

▶講師：筑波メディカルセンター病院 循環器内科 診療科長  
相原英明先生

▶定員：100人（先着順）

