

# 復興は健康づくりから

岩手医科大学に「いわて東北メディカル・メガバンク機構」が発足しました。同機構では、特に被災地の医療復興や健康づくりを目指して医師派遣や健康調査を実施する予定で、市とも連携・共同して進めていくことにしています。

7月から行われる特定健診会場では、同機構が行う健康調査にご協力いただき、健診を現在の自分の健康づくりに、そして未来の健康づくりにお役立てください。

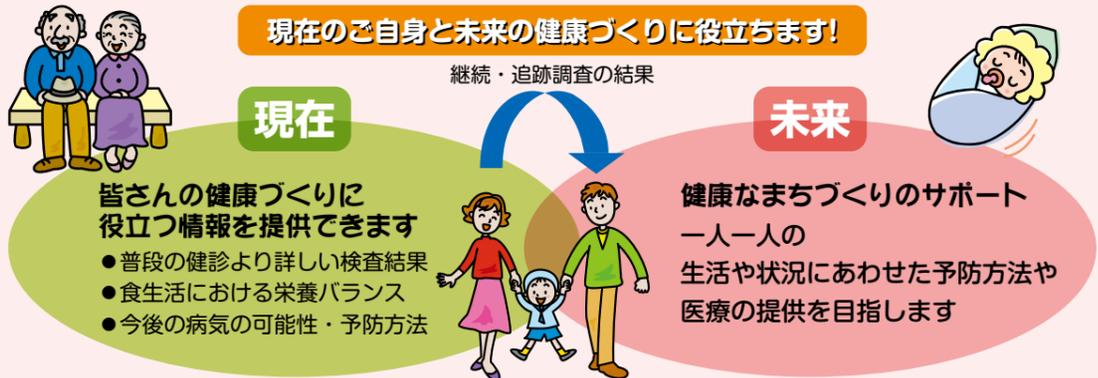
7月からの  
特定健診に  
ぜひご参加  
ください

## 健康調査

同機構では、7月から行われる特定健診の会場で健康調査を実施します。この事業は、文部科学省・復興庁の補助金を受け、市と東北大学と共同で行うものです。皆さんの生活習慣・環境・遺伝子との関係を探ることで、将来世代への個別化医療・個別化予防を目指します。震災後に増加が懸念される疾病や悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管障害、糖尿病、精神疾患などを対象に研究していきます。

## 調査の対象など

**対象**…市の健康診査を受診する20～74歳の人。  
**調査方法**…①現在の健康状態や生活習慣、食生活に関するアンケート。  
②血液と尿の採取。  
**調査結果**…日ごろの健診だけでは調べられない健康情報(心臓や肝臓などの働き具合、ストレスや心の健康状態、栄養の接種状況など)について説明したものを郵便で送付します。



問い合わせ 岩手医科大学 いわて東北メディカル・メガバンク機構 (☎019-651-5110 内線5508・5509)

### ワンポイントアドバイス

#### 歯の健康は健康長寿の秘訣

厚生労働省は昨年6月、介護を受けたり寝たきりになったりせず、制限なく健康な日常生活を送ることが可能な期間を示す「健康寿命」が2010年で男性70・42歳、女性73・62歳だったとする算出結果を発表しました。

一方、平均寿命は2010年で男性79・64歳、女性86・39歳であったことから、健康寿命との差は男性9・22年、女性12・77年にもなりました。平均寿命と健康寿命との差は「不健康な期間」にあります。この差が拡大すればもちろん本人も幸せではないし、支える家族も大変です。私たちが望むのは亡くなる直前まで元気に活動するピンピンコロリの人生ではないでしょうか。

か。そのためには要介護状態にならないことが大切です。要介護状態にならないためには、私たち歯科医師がお手伝いできることは、低栄養を予防すること、口腔機能を維持することです。老化によって食べる能力や消化吸収機能は低下しますが、よく噛んで食べるによりあごの骨や筋肉が動いて血液の循環がよくなります。さらに、脳細胞の動きが活発になり、脳の老化を防ぎます。また、掃除しやすいお口の環境をつくることで、歯が抜け落ちる一番の原因である歯周病を予防し、丈夫な歯を高年齢まで維持することができると、正しい義歯の知識を知ること、入れ歯でもよく噛んで飲み込んで、おいしく食べることができ、積極的に体を動かすことができると、消化管の動きを良くすることができると、健康を守っていくためにも年1～2回の歯科検診が必要です。かかりつけの歯科医院は生涯にわたって歯とお口の健康を保つていくためのパートナーとなるはずですよ。

## ロタウイルスの予防接種

## 保健案内板

問い合わせ…市健康推進課  
保健予防係 (☎22-0179)  
※保健福祉センター2階

## 4月1日から費用の一部を助成しています

### ロタウイルスとは

ロタウイルスは主に乳幼児を中心に冬から春先にかけて流行します。感染すると2～3日間の潜伏期の後、繰り返される嘔吐と下痢、発熱などの症状が1週間ほど続きます。5歳までにほとんどの子どもが感染するといわれ、乳幼児の胃腸炎の中では最もひどくなりやすいことが知られています。激しい嘔吐と下痢により、脱水症状を起こすこともあります。体が小さいときに初めて感染すると重症化しやすく、入院による治療が必要になることがあります。ロタウイルスにはいくつかの型がありますので、一度かかってもほかの型に感染することにより何度もかかることがあります。

### 助成の対象や接種回数、助成金額など

ロタウイルスのワクチンには、ロタリックスとロタテックの2種類があります。どちらか一方のワクチンを接種してください。どちらのワクチンを接種しても、助成は2回までで、**1回につき8,000円**です。

ワクチンの種類	助成対象者	接種回数・間隔	接種方法	助成金額
ロタリックス	生後6週～24週の子ども	4週以上の間隔において2回接種 ※生後24週までに2回の接種を完了する必要があります。	1回 1.5mlを経口接種	1回8,000円を2回まで
ロタテック	生後6週～32週の子ども	4週以上の間隔において3回(注) ※初回接種は生後14週と6日までにを行うことが推奨されています。 ※生後32週までに3回の接種を完了する必要があります。	1回 2.0mlを経口接種	1回8,000円を2回まで

(注) 接種は3回ですが、助成は2回までです。

### 助成を受けるための手続き

助成を受けるためには、市が指定する医療機関(県立釜石病院(☎25-2011)または岩井小児科医院(☎23-7573))へ事前に電話などで予約の上、接種してください。接種される際は、必ず母子健康手帳を持参してください。

### 接種料金

接種料金は医療機関によって異なります。医療機関での支払いの際は、上記の助成金額が減額された分が請求されます。

問い合わせ 健康推進課 保健予防係 (☎22-0179)