

予防接種とがん検診を受けましょう

HPV(ヒトパピローマウイルス)と子宮頸がん予防接種

市では、「松本市エイズ・HIV等性感染症予防啓発推進協議会」を平成19年に立ち上げ、予防・啓発に努めています。今回は、性感染症ともかわりのある「HPV(ヒトパピローマウイルス)」と子宮頸がん予防接種」についてお知らせします。

●問い合わせ 健康づくり課 (☎34-3217 ㊟39-2523)

HPVとは

HPV(ヒトパピローマウイルス)は、人の皮膚や粘膜に感染するウイルスで100種類以上の型があります。この中には、発がん性HPVといわれ、子宮頸がんの原因となる型があります。中でもHPV16型と18型は、子宮頸がんの患者さんから最も多く検出されるものです。

子宮頸がんの原因となるHPVは、性器周辺の皮膚や粘膜の接触(性的接触)により感染しますが、感染Ⅱ(イコール)がんになるわけではありません。ウイルスに感染しても、多くは自然に消失します。一部が持続感染し、年月

をかけてさらにその一部が子宮頸がんになるといわれています。

HPVワクチンとは

このHPVからの感染に対して体を守るために作られたものが、HPVワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)です。ただし、現在ある2つのワクチンは、発がん性HPVの中の16型と18型に対応するもので、その他のHPVが原因となるがんには効き目がありません。また、すでに感染しているHPVを排除したり、がんを治すこともできません。そのため、予防接種をして

んを防げるわけではありませんので、20歳を過ぎたら子宮頸がん検診も併せて受けるようにしましょう。

予防接種を実施

国では、「ワクチン接種緊急促進事業」としてこの予防接種を実施しており、松本市でも、子宮頸がん予防接種費用の補助を実施しています。なお、平成23年度には、補助対象者の約80パーセントが接種を受けています。



予防接種の概要

●補助対象者

中学1年生～高校2年生相当の女子(ただし、高校2年生相当は、平成24年3月31日までに接種を開始した方のみ)対象者には、すでにご案内を郵送してあります。

●費用

補助対象者は、無料

●補助対象期間

今年度末(平成25年3月31日)まで。その後の補助については未定です。3回の接種には、約6か月間かかるため、補助対象期間の3月末までに接種を完了するためには、1回目の接種を、9月末までに開始する必要があります。

●接種方法

市内指定医療機関での個別接種

●接種回数とワクチン

右表参照

ワクチン名	サーバリックス	ガーダシル
接種回数と方法	3回・筋肉注射	3回・筋肉注射
接種間隔	1回目 初回接種を0か月とする 2回目 初回接種から1か月後 3回目 初回接種から6か月後	初回接種を0か月とする 初回接種から2か月後 初回接種から6か月後
HPVの型	2価(16・18型)	4価(16・18・6・11型)
ワクチンの特徴	子宮頸がんの発がん性HPV16・18型にターゲットを絞り、高い抗体価の持続を長期間維持するよう作られたワクチン	発がん性HPV16・18型の他に、性器周辺のイボ(尖圭コンジローマ)などを起こすHPV(6.11型)の感染を予防するワクチン

備考 1回目に使用したワクチンで3回目まで接種します。

予防接種による失神

子宮頸がん予防接種を受けた直後に失神することを心配している方もいると思います。これは、子宮頸がん予防接種だけでなく、思春期世代への予防接種でみられる事例です。

失神による転倒、けがなどを予防するため、松本市では、接種時は座位または寝て行うことや、接種後の移動時に注意すること、接種後30分程度は、背もたれのある椅子などで体調観察に努めることを実施医療機関へ周知しています。

説明会と出前講座

松本市では、この予防接種への補助を開始してから、中学校における保護者や生徒への説明会を開催し、予防接種や今後のがん検診について情報提供をしています。今年度も21校で実施しました。

また、「松本市エイズ・HIV等性感染症予防啓発推進協議会」では、性感染症などについての出前講座を実施していますので、ご希望の方（団体）は、健康づくり課までお問い合わせください。

健康寿命をのばしましょう

～1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～

9月は健康増進普及月間です

健康づくりにはスポーツだけでなく、時間がとれない人も毎日の生活の中で意識してからだを動かすことが大切です。

エレベーターでなく階段を使う、デスクワークの合間にストレッチ、歯磨きしながら肩回し…日々の生活の中でできることを取り入れて、生活習慣病を防ぎましょう。



9月は食生活改善普及運動の月です

～あと70gの野菜を食べましょう～

健康な生活を送るために、野菜を一日350g以上とることが勧められています。毎日5皿の野菜料理をとることが目安です。

22年度の県民健康栄養調査では20～49歳の野菜の摂取量は約280g。とりたい量はあと70g、おひたしなら1皿です。

松本の旬の美味しい野菜をしっかりよく噛んで食べ、健康寿命をのばしましょう。



受動喫煙防止フォーラム

～あたり前の禁煙へ！タバコと向き合う松本スタイル～

たばこを吸う人・吸わない人が、相手の気持ちを思いやる市民意識の醸成を図りつつ、まずは分煙を徹底し、市民との協働によるまちづくりに取り組みます。

会場内には、禁煙グッズの展示や、薬剤師・保健師による禁煙相談などがあります。たばこについて、みなさんで考えてみませんか？

●日時 9月8日(土) 午後1時30分～4時

●会場 松本勤労者福祉センター大会議室

●講演 演題1 「喫煙防止教育の検証及び考察～禁煙推進の取り組み～」

講師 松本薬剤師会常務理事
こみや田多井薬局薬剤師 田多井 健介氏

演題2 「タバコの害と禁煙について～ニコチン大王をやっつける～」

講師 落語家 三遊亭 白鳥氏

●料金 無料、申し込み不要



▲三遊亭白鳥氏