

子宮頸がん 【HPV（ヒトパピローマ ウイルス）感染症】 予防ワクチン定期接種 の 情報提供

HPV ワクチンについては、ワクチン接種後に、ワクチンとの因果関係を否定できない持続的な疼痛が特異的にみられたことから、定期接種の積極的勧奨を差し控えるよう平成 25 年 6 月 14 付で厚生労働省から勧告があり、市でも積極的勧奨は差し控えていました。

しかしこの度、厚生労働省により新リーフレットが作成されましたので情報提供します。

厚生労働省 子宮頸がん 新リーフレット

「概要版」「詳細版」で検索してください。
(市ホームページからも閲覧できます)



HPV ワクチンは、定期接種として、引き続き対象者は無料で接種を行うことができます。接種をお考えの方は、ワクチンの有効性やリスクを十分にご理解したうえで、接種を受けるかどうかを判断してください。

- 【対象者】 小学校 6 年生～高校 1 年生相当の女子 ※標準接種年齢 中学校 1 年生
- 【接種費用】 無料
- 【接種回数】 合計 3 回（3 回接種終了までに約 6 か月かかります）
- 【接種場所】 市が指定する医療機関
- 【問い合わせ先】 中央保健センター（☎ 92・5220 / IP ☎ 88・9175）

Cooking

～野菜たっぷりクッキングコラム～ 七草がゆ

1 月 7 日の七草は小正月の準備の始まる日と考えられています。「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ 是ぞ七草」の歌はよく知られており、正月 7 日の朝、七草がゆを食べて祝う行事であり、七日正月、七草の祝いとも言われています。

大和では一年中で最も青菜の少ないころ、無病息災を願い、前々日の 5 日に七草を摘んで 7 日に粥を作って食べる事で、7 人の疫病を払う行いと言われています。



七草といってもナズナで代用することが多いようですが、その他にコナ、マナ（あぶらな）、コマツナ、ヒロシマナ、セリ、カブ、大根、人参などを加えたり、7 種類なら何でもよいとする地域もあるようです。味付けは味噌であることが多く、鏡餅は四角く切って焼いて入れます。

(出展：大和の食文化 富岡典子著より抜粋)



仲浦会長

～食生活改善推進員より一言～

わが家では、4 日にお鏡開きがあり、鏡餅を割ります（包丁で切り、食べやすい大きさに手で割る）。7 日にそれを焼いて七草がゆに入れ、お雑煮と同じように粥から餅を取り出してきな粉をつけていただきます。ぜひこの機会に昔からの習わしをお子さんに伝えていってください。



保健センターからの おしらせです！

問 中央保健センター（室生福祉保健交流センター内）
☎ 92・5220/IP ☎ 88・9175

対象地域	内容	実施日	対象者	場所	開始時間
大宇陀 菟田野	2 歳児 健康診査	27 日 (水)	平成 30 年 9 月～ 12 月生まれの児	大宇陀保健 センター	時間を 分けて実施 ※個別に 案内します
	1 歳 6 か月児 健康診査	28 日 (木)	平成 31 年 4 月～令和 1 年 7 月生まれの児		
榛原・室生	3 歳児 健康診査	20 日 (水)	平成 29 年 5 月～ 7 月生まれの児	中央保健 センター	
	1 歳 6 か月児 健康診査	21 日 (木)	令和 1 年 5 月～ 7 月 生まれの児		
	10 ～ 11 か月児 健康診査	26 日 (火)	令和 2 年 2 月～ 3 月 生まれの児		

乳幼児健診

事業の中止について

～新型コロナウイルス感染予防のため～

【中止事業】健康カレンダー掲載分も同様

○予防接種説明会 1 月 6 日（水）
〔対象：令和 2 年 11 月生まれの児の保護者〕

年末年始の 新型コロナウイルス 感染予防について

年末年始の時期は、帰省や旅行が集中し感染リスクが高まります。

感染リスクが高まる「5 つの場面」に注意しましょう

① 飲酒を伴う 親睦会等

回し飲みや箸の
共用に注意！

② 大人数や長時間に及ぶ飲食

大きな声での
会話を控える

③ マスクなしでの会話

近距離での会話
では特に注意！

④ 狭い空間での 共同生活

トイレなどの共
用部分での感染
に注意！

⑤ 居場所の 切り替わり

休憩室や喫煙所、
更衣室でも対策が
緩まないように

うだちゃん 11 で、具
体的に説明しています。
詳しくは、「宇陀市政な
う」をご覧ください。