

麻しん(はしか)・風しんは 予防接種が有効！



麻しんが国内外で流行しています。また、今年県内において麻しん・風しん患者も確認されています。

昨年3月から6月にかけて、麻しん（はしか）が県内でも流行したことは、記憶に新しいと思います。

今回は、麻しん・風しんについて、お話ししたいと思います。

麻しん (はしか)

感染すると高熱や発疹などの症状以外に、肺炎や脳炎など命を脅かす怖い病気です。学校で発症すれば、同じ空間にいた免疫のない人は集団感染する可能性が高いです。

風しん

大人になってかかると重症になりやすく、妊婦が妊娠初期に感染すると、胎児が心臓病や白内障、聴覚障害を持って生まれる可能性がある病気です。

どちらも根本的な治療法はありません。**発症を予防する唯一の方法は予防接種です!!**

MR^{*} 2回接種

※麻しん・風しん混合ワクチン

MR定期接種対象者

【第1期】1歳～2歳未満

【第2期】小学校入学前の1年間

(平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれ)

接種がまだのお子さんは、
夏休みの間に計画しましょう



【風しんの追加的対策】

成人男性(昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれ)対象に、風しん抗体検査・予防接種を公費で受けられます。(令和4年3月31日までの3年間)

MR以外の予防接種も忘れないで

受けそびれている予防接種はありませんか？ 親子健康手帳（母子手帳）を確認してみましょう。

特に 11 歳・12 歳のお子さんは、**DT 2期(ジフテリア・破傷風)** 予防接種はお済でしょうか？うるま市はDT 2期の接種率64.6% (平成29年度)と低い状況です。接種がまだのお子さんは、学校がお休み(夏休み)の間に受けましょう。

予防接種には自分を守る効果だけでなく、医学的理由で予防接種を受けることができない方（難病のお子さんなど）、白血病などの治療で免疫が落ちている方などを集団免疫で守る効果もあります。

第5回うるま市健康づくり標語

受けに行こう！ あなたを守る 予防接種

石川中学校

たましろ
玉城 樹

年金 だより

国民年金保険料

「追納制度」のお知らせ

市民課
国民年金係
☎973-5498

「保険料免除期間の承認を受けた方へ」

保険料の免除、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある方は、保険料を全額納付した方の「老齢基礎年金」の受給額より少額となります。そこで将来の老齢基礎年金を増やすために、これらの免除期間の保険料について遡って納めることができます。（追納）

〈条件〉

○追納できる期間

追納が承認された月の前10年以内の免除等期間。

○古い月から追納

追納するときは、原則として古い月の分（過去の分）から順に納めなければなりません。

○加算額

免除等を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合は、経過期間に応じた加算額の上乗せがあります。

○追納が出来ないケース

一部免除の方の場合、免除された一部以外の額は納付することとなっておりますが、未納があるケースについては、この追納制度が、ご利用出来ません。

〈追納の申込み〉

○追納を希望されるときは、「国民年金保険料追納申込書」を提出して下さい。

○申込書の提出のあと、後日、日本年金機構から「追納納付書」が送られてきます。

〈手続き場所〉

○コザ年金事務所（沖縄市胡屋2-2-52）

※代理の場合は、「委任状」が必要となります。

○うるま市役所 市民課 国民年金係（東棟1階）

〈手続きに必要なもの〉

○顔写真付きの身分が証明できるもの。

○運転免許証やマイナンバーカード（通知カードの場合は、顔写真付きの身分証明書）

○印鑑

○年金手帳または基礎年金番号通知書

健康うるま21 令和元年度 うるま市健康づくり標語募集

市民の皆様が健康づくりに関心を持ち、健康を推進するため、広く親しまれる「健康づくり標語」を募集します。

【募集期間】8月1日(木)～9月5日(木) ※募集期間以外での受付はできません。

【応募資格】 うるま市民

【募集内容・テーマ】

【小学生の部】「地産地消」(地産地消の促進)

【中学生の部】「酒」(未成年者の飲酒は禁止、大人へのメッセージなど)

【一般の部】「朝食」(朝食を食べることを推進)

※応募は一人一点とし、応募作品は返却しません。

【応募方法】

●「小学生の部」「中学生の部」：各学校で配布される応募用紙に必要事項を記入し、学校へ提出して下さい。

●「一般の部」：応募用紙は健康支援課(うるまん3階)、本庁舎(西棟・東棟1階)、各自治会、市立図書館、ゆらてくに備え付けの応募用紙をお使いください。うるま市役所ホームページからもダウンロードできます。

●提出場所：健康支援課、各自治会の窓口へ、市役所本庁(西棟・東棟1階)、市立図書館(中央、石川、勝連)、ゆらてく、うるマルシェは「標語募集箱」へ提出してください。

【優秀作品の選考】

本実行委員会において優秀作品を選考し、入選した応募者に賞品を授与します。

※採用作品の著作権は、すべてうるま市役所に帰属します。

【入選作品の発表】

令和元年度健康づくり標語ポスターへの掲載をもって発表といたします。最優秀作品の応募者は、「健康づくり推進大会(健康フェスタ)」にて表彰します。

【作品の活用】

『健康うるま21』各種推進事業のポスターや広報に活用いたします。



【お問い合わせ】 健康支援課 ☎973-3209