



急なけがや病気、健康に関する不安や心配ごとはありませんか。

かみす健康ダイヤル24は、市民の皆さんからの健康や医療などの相談を24時間体制で受け付けています。スタッフは医師・保健師・看護師などの専門的な資格を持っており、医療機関の受診の目安や、育児、介護などに関するアドバイスも受けられます。ぜひお気軽にご利用ください。

かみす健康ダイヤル24 TEL0120-1331-69

利用できる人 神栖市民

※発信者番号は「通知設定」でおかけください
 ※年齢や住所などをお聞きする場合がありますが、プライバシーは厳守されます
 ※ご利用者の状況または相談内容により、相談をお受けできない場合があります

救急車を呼ぶべき主な症状



- 急に倒れた、意識がない
- 激しい頭痛、胸痛、腹痛など
- 交通事故による負傷
- 息苦しい、息をしていない
- けいれんが続く
- 広い範囲のやけど

脳卒中の疑い F A S T

- F**ace がお…顔の片方が下がる、ゆがむ
- A**rm うで…片腕に力が入らない
- S**peech ことば…ろれつが回らない、言葉が出ない
- T**ime じかん…上の3つのうち1つでも症状が出たらすぐ119番を！発症時刻も伝えましょう

心筋梗塞の疑い

- 手で胸を押さえたくなるような胸の圧迫感がある
- 胸のほか、首、のど、あごまでに圧迫感がある

7月1日はAEDの日



AEDは、ふたを開けて電源を入れると、機器が音声で指示をしてくれるので、訓練を受けていない方でも簡単に操作できます。心臓発作などが起きた際に、いかに早く救命処置(心肺蘇生とAED)をおこなうかが生死を分けることとなります。迅速な救命処置で大切な命を守りましょう。

コンビニ設置AED

市内のコンビニ各店舗にAEDを設置しています。設置店舗には入口などに右のステッカーが貼ってあります。設置店舗一覧など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

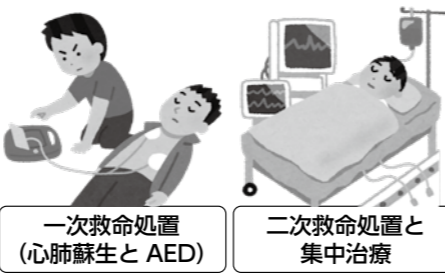


心停止の予防 早期認識と通報

プライバシー保護用三角巾

市内の公共施設とコンビニに設置しているAEDのケース内に、三角巾を配置しています。三角巾はプライバシー保護のためだけでなく、患部の保護や固定などにも使用できます。

また、AEDの使用に伴う脱衣は一次救命処置に必要な行為であり、セクシャルハラスメントなどの罪に問われることはありません。傷病者を見かけたら、まずは救命処置を最優先にしましょう。



一次救命処置(心肺蘇生とAED) 二次救命処置と集中治療

予防接種はお済みですか？



予防接種を受けることで、感染症に対する免疫が高まり、重症化を防ぐことができます。秋以降は風邪をひきやすくなり、予防接種を予定どおりに受けられなくなる場合があります。

また、接種期限を過ぎて接種する場合や接種間隔が規定と異なる場合は、全額自己負担(有料)となります。お子さんの年齢(月齢)と予防接種の種類を確認し、無料で受けられる期間に早めの接種を心がけましょう。

※すべて医療機関での個別接種です。集団接種はおこなっていません



【乳幼児期に受ける予防接種】

予防接種の種類	望ましい接種年齢(月齢)	接種期限	回数と標準的な接種間隔
ロタ	生後2カ月～14週6日までに接種開始	【1価】生後24週0日まで 【5価】生後32週0日まで	【1価】2回(27日以上の間隔で接種) 【5価】3回(27日以上の間隔で接種)
B型肝炎	生後2～8カ月	生後11カ月まで	3回(27日以上の間隔を以て2回。さらに、1回目接種日から139日以上の間隔で1回)
小児用肺炎球菌ワクチン ※1	【初回】生後2～6カ月までに接種開始 【追加】1～1歳2カ月	4歳11カ月まで	【初回】3回(27日以上の間隔で接種) 【追加】1回(1歳以上で初回終了から60日以上の間隔で接種)
五種混合	【初回】生後2～6カ月 【追加】1歳	7歳5カ月まで	【初回】3回(20～56日の間隔で接種) 【追加】1回(初回終了から6カ月～1年6カ月の間隔で接種)
BCG	生後5～7カ月	生後11カ月まで	1回
MR(麻しん・風しん)混合 ※2	【第1期】1歳 【第2期】小学校就学前の1年間	【第1期】1歳11カ月まで 【第2期】小学校就学前の3月31日まで	【第1期】1回 【第2期】1回
水痘	1～2歳	2歳11カ月まで	2回(1回目の接種後、6～12カ月の間隔で接種)
日本脳炎(第1期) ※3	【初回】3歳(生後6カ月から接種可能) 【追加】4歳	7歳5カ月まで ※4	【初回】2回(6～28日の間隔で接種) 【追加】1回(初回終了から1年の間隔で接種)

- ※1 望ましい接種年齢を過ぎて接種を開始した場合、初回接種の接種回数が変わります。詳しくは、かかりつけの医療機関または健康増進課へお問い合わせください
- ※2 2024年度の定期接種対象者のうち、ワクチンの供給不足により期間内に接種できなかった方の接種期間が、2027年3月31日まで延長されています
【対象】 第1期：2022年4月2日～2023年4月1日生まれ 第2期：2018年4月2日～2019年4月1日生まれ
- ※3 近年、3歳未満での接種希望者が増加傾向にあることから、2026年度から、予診票は乳児家庭訪問事業の訪問時に配布しています。必要に応じて接種時期をご判断ください
- ※4 2006年4月2日～2007年4月1日生まれの方は、19歳まで接種できます

このほか、9～12歳で日本脳炎(第2期)、11～12歳で二種混合、小学6年～高校1年生相当の女子を対象にHPV(子宮頸がん)の接種を実施しています。