# 大切なあなた

問保健推進課　☎61-3316

## ■ヒトパピローマウイルス感染症 ～子宮頸がんとＨＰＶワクチン～

ヒトパピローマウイルス（ＨＰＶ）には、子宮頸がんをおこしやすい型があり、ＨＰＶワクチンはこのうち一部の感染を防ぐことができます。　５月に感染症予防接種の予診票等を予防接種勧奨対象者に送付しました。希望する人は、期間内に予防接種を受けましょう。

▶**対象**…❶中学１年生～高校１年生相当の女子
※小学６年生相当の女子も定期接種可能です。令和５年度に接種を希望する場合は問い合わせください。

❷平成９年４月２日～平成19年４月１日生まれの女性（接種期限：令和７年３月31日）で、過去にＨＰＶワクチンの接種を合計３回受けていない人

▶**接種回数**…２～３回

▶**使用するワクチン**…以下❶～❸のいずれか
❶２価（サーバリックス）
❷４価（ガーダシル）
❸９価（シルガード）

## ■高齢者肺炎球菌予防接種

予防接種費用の一部を助成します。対象者には４月に個別通知を送付しました。希望する人は、期間内に予防接種を受けましょう。

▶**実施期間**…令和６年３月31日まで

▶**助成金額**…4,000 円
※助成額を超える場合は自己負担となります

▶**対象**…過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、下の❶または❷に該当する人。
❶右表の生年月日に該当する人
❷60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害がある人、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある人（身体障害者手帳１級相当程度）

| 年齢 | 生年月日 |
|---|---|
| 65歳 | 昭和33年４月２日～昭和34年４月１日 |
| 70歳 | 昭和28年４月２日～昭和29年４月１日 |
| 75歳 | 昭和23年４月２日～昭和24年４月１日 |
| 80歳 | 昭和18年４月２日～昭和19年４月１日 |
| 85歳 | 昭和13年４月２日～昭和14年４月１日 |
| 90歳 | 昭和８年４月２日～昭和９年４月１日 |
| 95歳 | 昭和３年４月２日～昭和４年４月１日 |
| 100歳 | 大正12年４月２日～大正13年４月１日 |

## ゲートキーパー養成研修を開催します

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

ゲートキーパー養成研修では、こころの健康について、悩んでいる人の話の聴き方、ストレス解消法を学ぶことができます。

つらい気持ちを抱えている人を支えているのは、多くの場合、家族や友人、職場の同僚など身近にいる人たちです。私たちは誰でも悩んでいる人とかかわる可能性があります。私たちにできるこころの支援について、一緒に考えてみませんか。

▶**日時**…７月18日㈫13時30分～15時
▶**会場**…元気の泉　多目的ホール
▶**定員**…先着30名

令和４年度にも開催。参加者からは「セルフケアの大切さを知った」「相手の気持ちに少しでも寄り添える人になりたい」などの声をいただきました。

# 6月は環境月間

問生活環境課 ☎54-8003

**６月５日は「環境の日」＆６月の１カ月を「環境月間」**

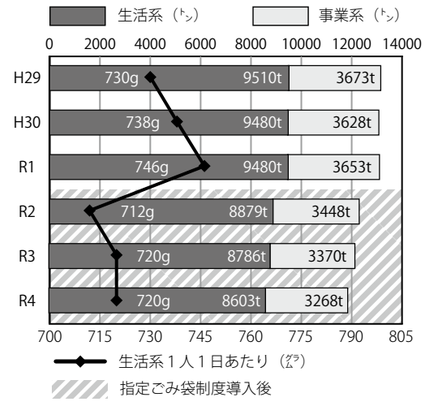
環境省は、６月５日を「環境の日」、６月の１カ月を「環境月間」として環境に関連する取り組みを推進しています。一人一人が環境について考え、できることから行動してみましょう。

## ■ごみの排出状況と推移

下の図１は本市における家庭から出る「生活系ごみ」と事業所から出る「事業系ごみ」、生活系ごみの一人一日あたりの排出量の推移を示しています。

令和４年度の排出量（市集計による速報値）は生活系と事業系を合わせて 11,871ﾄﾝ。人口減少と共にごみの総量も減少傾向にあります。

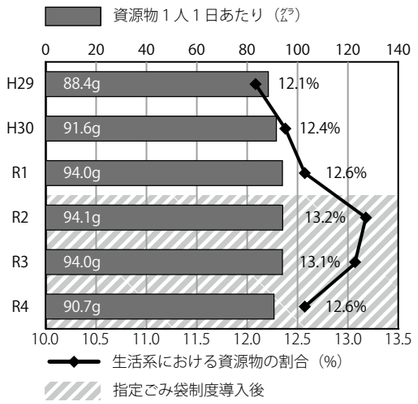
図１　一般廃棄物排出量の推移




生活系ごみの一人一日あたりの排出量は、指定ごみ袋制度を導入したことで大幅な減少がありましたが、令和２年度以降は減少していません。

図２のとおり、令和３年度と比較すると全体としての資源物の割合が減少。ごみの減量意識が定着したとは言い難い状態です。

図２　資源物排出量の推移




## ■ごみを減らして得られるもの

処分するごみが減ることで以下の❶～❸の効果が期待され、未来の子どもたちにかかる負担を軽減できます。

**■期待される効果**
❶焼却処理に伴う二酸化炭素が減少し、地球温暖化の防止につながる
❷ごみ処理量が減少し、ごみ処理場の施設運営費やその他の経費が抑えられる
❸削減できたごみ処理経費を他の事業の財源に充てることができる

## ■できることから始めよう

**■ごみを生み出さないようにする工夫**
❶必要なものを必要な分だけ買う
❷食事は楽しくおいしく残さず食べる
❸マイバッグやマイボトルを使用する
❹リユースなど捨てる以外の方法を考える

**■ごみと資源をきちんと分ける**
❶プラマークなどを確認して分別する
❷ガイドブックや市のごみ分別辞典「ごみサク」で正しい分別方法を確認
❸プラ容器は水洗いで汚れを落とし、資源物に分別