



保健センター通信

— Health Information
of Ushiku City —

問 健康づくり推進課
(保健センター内)
内線1793

帯状疱疹(たいじょうほうしん)をご存じですか?

日ごろの予防と早めの治療が大切です!

帯状疱疹とは?

痛みを伴う皮膚の病気です



過去に発症した水ぼうそうのウイルスが体の中に潜んでいて、加齢や疲れ、ストレスなど免疫力が下がることでウイルスが再び活動し始め発症する病気です。70歳代で発症する方が最も多くなっています。

◆主な症状

- ・体の片側にピリピリ、チクチクとした痛み
- ・赤い発疹や水ぶくれが帯状にあらわれる
- ・痛みが長く続くことがある
(この痛みが日常生活に影響を与えることがある)

◆予防のポイント:暮らしの中でできること

- ・栄養と休息をとり、免疫力を保つ
- ・適度な運動で体力を保つ
- ・予防接種で発症や重症化を防ぐ
(発症しても症状を軽くする可能性がある)



早期に治療を始めること(抗ウイルス薬など)がとても重要です。
我慢せず症状が軽いうちに皮膚科、内科など医療機関を受診しましょう。



生活習慣の見直しや日ごろの体調管理、ワクチン接種などで、帯状疱疹を予防しましょう

※令和7年4月1日から

高齢者等の帯状疱疹ワクチンの定期接種費用一部助成が始まりました

《令和7年度定期予防接種対象者》※対象者は年度によって異なり、令和11年度までの5年間で66歳以上のすべての方が対象となります。

①年度内に65歳を迎える方と70歳以降5歳節目の方(令和7年度のみ100歳以上を含む)

年齢	対象者生年月日	年齢	対象者生年月日
65	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生	70	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生
75	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生	80	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生
85	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生	90	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生
95	昭和5年4月2日～昭和6年4月1日生	100	大正14年4月2日～大正15年4月1日生
100歳以上	大正14年4月1日以前生まれの方全員(令和7年度限り)		



対象年齢の方には
予診票を送付済

今年度接種対象者で助成が受けられるのは「**今年度限り**」です。

接種を希望する方は、機会を逃さないようにご注意ください。

※令和8年度対象者へは「令和8年3月下旬」に予診票を発送予定です。

詳細は郵送物
同封のお知らせ
または市HPへ▶



帯状疱疹ワクチンは
「2種類」です

弱毒性生ワクチン

接種方法や効果とその持続期間、副反応などが異なりますが、いずれのワクチンも、帯状疱疹やその合併症に対する予防効果が認められています。

不活化ワクチン



不活化ワクチンを希望する場合、1回目の接種と2回目の接種を2カ月以上あける必要があります。

助成期間内に2回接種するためには、**1回目の接種を遅くとも令和8年1月中に実施してください。**

回数にかかわらず期間を過ぎた場合、定期接種の対象外(全額自費)となりますのでご注意ください。

各予診票の使用期限は
令和8年

3/31(火)

まで

2回目・3回目の
ワクチン接種を
忘れていませんか?

**平成9年度から20年度生まれの女性で 令和7年3月末までに
HPV(子宮頸がん)ワクチンを1回以上受けた方へのお知らせ**

● **公費(無料)で接種できる期間が延長されています!**

・HPV(子宮頸がん)ワクチン接種は合計3回です。・2回目と3回目の接種には3カ月以上の間隔をあける必要があります。

公費による接種を希望する場合は、遅くとも令和7年12月中に2回目のワクチンを接種する必要があります。ワクチンの効果とリスクを理解したうえで接種してください。

牛久市 子宮頸がんワクチン

