

## 带状疱疹の予防について

### 【带状疱疹とは】

過去に水痘（一般的には「水ぼうそう」と言われています）に感染した場合、体内に潜伏した水痘・带状疱疹ウイルスが原因で発症します。

加齢や疲労、ストレスなどで免疫機能が低下し、再活性化することで水痘・带状疱疹ウイルスが発症します。

50歳以上で発症率が高くなり、70歳代での発症が最も多くみられます。

（発症のしくみ）①水ぼうそう⇒②潜伏感染⇒③免疫力低下⇒④带状疱疹

### 【带状疱疹の初期症状】

①初めに皮膚にピリピリ、ズキズキ、チクチクといった神経痛のような痛みが現れる。

②その後、水ぶくれ（水疱）を伴う発疹が带状に現れる。



### 【初期症状に気づかない場合も】

痛みの感じ方は人それぞれで、あまり痛みがなく、かゆみやしびれる程度の場合もあります。

通常、痛みは、水疱や赤い発疹が治ると軽くなります。しかし、気づかずに治療が遅れると、皮膚症状が治まった後も長期間痛みが残る带状疱疹後神経痛（PHN）になる可能性が高まります。

带状疱疹を疑う症状があれば、すぐに医療機関を受診しましょう。

### 【予防のためにできること】

带状疱疹は、免疫力の低下により発症しやすくなります。予防には日頃の体調管理が大切です。

#### (1)免疫機能を高める

- ・ バランスの良い食事を心がける。
- ・ 十分な睡眠をとる。
- ・ 適度な運動を続ける
- ・ リラックスした時間を過ごすなど、ストレスを減らす工夫をする。

#### (2)ワクチン接種で免疫強化を図る

町では、带状疱疹ワクチン予防接種費用の一部助成をしております。

詳しくは町ホームページをご確認ください。



〈带状疱疹ワクチン  
予防接種〉

問 健康推進課 健康総務係 ☎356-1334

## 福祉とアート ことはじめ ～福祉の今と未来を想像しよう～

社会全体が多様性を受け入れ、すべての人が活躍できる環境づくりが求められています。障がいについての正しい理解と認識を深めるため講演会を開催します。

日 時 2月25日(水) 午前10時から  
場 所 まち・ひと・しごと創造ステーション tsumiki  
参 加 費 無料

講 師 さかべ みとむ 坂部 認氏  
定 員 30人(先着順)  
申込方法 logoフォーム、電話



申込みはこちら

問 地域福祉課 福祉総務係 ☎767-2148

## 利府町賛歌「ふるさとは北のくに」を防災無線の試験放送で流します

防災無線の更新に伴い、令和8年2月中旬から3月にかけて防災無線の試験放送を行います。放送曲は、町制施行20周年(昭和62年度)を記念し利府町賛歌として選ばれた「ふるさとは北のくに」です。歌詞は利府町の豊かな自然や懐かしい景色を歌ったものです。ぜひメロディーにあわせて口ずさんでみてください。

なお、今回の試験放送で「聞こえない」、「聞き取りづらい」等のご意見がありましたら、危機対策課 危機管理係までご連絡願います。

### 利府町賛歌「ふるさとは北のくに」

作詞 能登はまきち  
作曲 榊原光裕

- 一、むらさきに けむる山並み 野を染めて 梨の花咲く ふるさとは 緑濃きまち  
はらはらと 桜舞う丘 幼な名で 呼びあう人と 憧れを よんだ城跡
- 二、夕暮れに にじむ入江に 若き日の 夢を埋づめた ふるさとは 潮の香のまち  
天の川 傾く夜空 山かげの 秘めし出で湯に 消え残る 思い出いくつ
- 三、熟れ秋の 風も黄金に 白鳥は 北風はこぶ ふるさとは やすらぎのまち  
沼の辺に 垂らす釣糸 夜もすがら 聞く木枯らしも ゆりかごの 母の守唄



問 危機対策課 危機管理係 ☎767-2174