

2026年

# 2月健康だより



発行：新庄市健康課

発行日：R8.2.1



## 自然に健康になれる環境づくり

～いきいき健康づくり新庄 21 第三次計画より～

一人ひとりの健康は、個人の行動だけでなく、その人を取り巻く社会環境も影響してきます。新庄市では、健康に関心のある人もない人も、全ての市民が健康づくりに取り組みやすいような仕組みづくりを推進するなど、「自然に健康になれる環境づくり」を進めていきます。

### 自然に健康になれる環境づくりのために皆さんができること

#### 1. 喫煙者は受動喫煙に配慮するなど禁煙マナーを守り、禁煙にチャレンジしよう

たばこは、吸う人はもちろん、受動喫煙によって吸わない人にも病気になるリスクが生じることがわかっています。飲食店、職場、家庭などでは吸わない人に配慮する行動をとり、自分や家族の健康のために禁煙にチャレンジしましょう。

#### 2. 健康に関する情報を正しく選び、活用しよう

世の中には健康に関する情報が多数存在しています。すべての情報を鵜呑みにするのではなく、よく吟味したり、専門家に相談したりして、正しい情報を活用しましょう。

#### 3. 地域の健康づくりの場に積極的に参加しよう

新庄市では、様々な健康づくりに関する活動を行っております。随時、市報やお知らせ版、ホームページ等で周知しておりますので、ご活用ください！

[新庄市ホームページで、健康づくりについてご覧になれます→](#)



# お子さんの **予防接種** はお済ですか？

予防接種は 「将来の健康を守る準備」

## ✓ 病気になる前に防ぐ

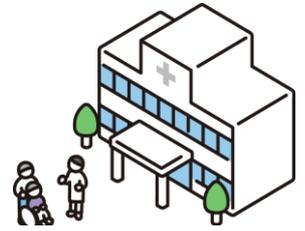
ワクチンを接種することで体内に免疫ができ、感染しにくくなります。

## ✓ 重症化を防ぐ

赤ちゃんや小さな子どもは免疫力が弱いので、病気にかかると重くなりやすい傾向にあります。

## ✓ 大切な人を守る

多くの方が予防接種を受けることで病気が広がりにくくなり、子どもや高齢者、妊婦さん、持病のある方等を守ることにつながります。



【小学6年生】

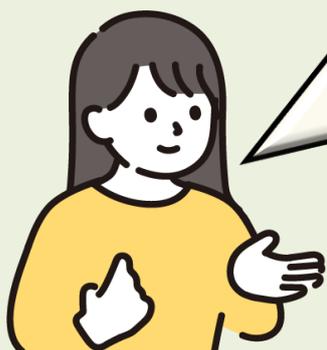
日本脳炎2期と二種混合のワクチンは  
中学生(13歳)前に打たないとね！

【年長さん】

麻疹風疹と五種(四種)混合のワクチンは

小学生になる前(春休み)がラストチャンスだ！

※五種(四種)混合ワクチンは7歳6か月までに接種しましょう。



令和7年3月末までHPVワクチン1回目を接種した

【平成9～20年度生まれの女性】

HPVワクチンは令和8年3月末まで公費で  
接種できるね。無料で接種できるのは今だけ！