



今月は薬剤科が担当いたします！

今月は高齢者の肺炎球菌ワクチンについてです。

Q&A方式で説明していきます！！

Q:定期接種(助成を受けられる)の対象者は？

A:以下に該当する方に、1回の接種を行います。

・65歳の方

・60～64歳で対象となる方は下記

心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される方
ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方
※過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある方は定期接種の対象外となります。



Q:定期接種で使用される肺炎球菌ワクチンは何？

A:23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチンと呼ばれ、商品名はニューモバックスNP
と言います。

Q:肺炎球菌ワクチンの効果はどれくらいあるの？

A:実は肺炎球菌は90種類以上あると言われています。

このうち定期接種で使用されるワクチンでカバーできるのは23種類

この23種類で肺炎の原因の約4割から5割を占めています。

23種類の肺炎球菌が原因で起こる肺炎を予防する効果として約4割程度あります。

全ての肺炎を防げるわけではありませんが、有効性や安全性が確認されています。

Q:ワクチン接種後に副反応は起きますか？

A:稀に副反応が起こることはあります。

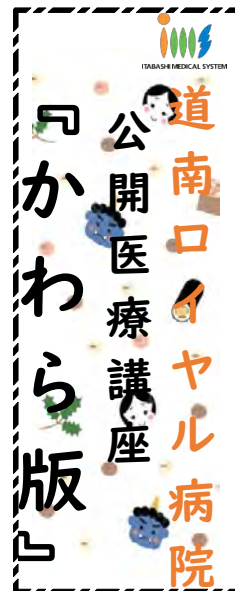
症状としては赤みを帯びたり、腫れたりすることがあります。

わずかながら熱が出る、寒気がする、全身のだるさを感じるがあります。

通常ですと2～3日たつとこういった症状は治ってきます。

※ 厚生労働省 高齢者の肺炎球菌ワクチン参照

→裏面ではなぜ65歳を過ぎると肺炎予防が必要なのかについてご説明します。



vol.69/2月号

発行/地域医療連携室

後援/せたな町



ホームページ



LINE/ライン



Instagram



Tik Tok

病院公式SNSも
ご登録ください😊



今月のひとさら

お手軽で温まる！

～包まない小籠包～

今月の担当:栄養士 杉村 瑚都

今回はお手軽に作れる小籠包をご紹介します!たっぶりの肉汁と
生姜(ショウガオール)・にんにく(アリシン)で身体が温まります!

材料

- ★豚ひき肉 100g
- ★長ネギ 3～5cm(みじん切り)
- ★生姜 少々(すりおろし)
- ★にんにく 少々(すりおろし)
- ★醤油 酒 砂糖 各小さじ1/2
- ★鶏がらスープの素 小さじ1
- ★塩 コショウ 少々
- ・餃子の皮 数枚
(お好みでごまやネギを最後に乗せる)

作り方

- ①★の材料を全て袋に入れて、袋が
破れないようよくこねる
- ②水を70ml加えて更にこねる
- ③袋の隅を切り、クリームを絞るよ
うに耐熱容器に高さ1～2cmで詰める
- ④水に浸した餃子の皮を上に乗せる
- ⑤耐熱容器に水が入らない程度の深
さで水を沸かし、その中で10～15分
ほど蒸す。

【公開医療講座のご案内】

日時:2月19日(木)15:00～16:00

場所:道南ロイヤル病院会議室

テーマ:「食事で予防する筋肉減少」

講師:管理栄養士 相原 雅樹

*お電話にてご予約下さい。

(☎84-5011)

*当日参加も受け付けています。

【皮膚科外来診療ご案内】

<2026年2月>

| 日にち | 午前診療 | 午後診療 |
|--------|------------|-----------------------|
| 6日(金) | | 14:00～16:00 *病棟回診後 |
| 7日(土) | 8:30～11:30 | |
| 20日(金) | | 14:00～16:00 *病棟回診後 |
| 21日(土) | 8:30～11:30 | |

～肺炎予防について～

なぜ65歳を過ぎたら肺炎予防なの？

肺炎による死亡者の
97.8%は65歳以上¹⁾



公開医療講座
かわら版

vol.69

実際に、65～69歳の方が肺炎で亡くなった割合は、60～64歳の方に比べて約2倍高かったことや、肺炎で亡くなった方の97.8%は65歳以上であったことがわかっています。

最も多い原因菌をご存じですか？

肺炎の原因となる病原微生物には、肺炎球菌やインフルエンザ菌、肺炎マイコプラズマなど様々な種類がありますが、そのうち最も多いのが肺炎球菌です。

肺炎球菌とは？

肺炎球菌は、分厚い膜で包まれた形をしているため、体の免疫からの攻撃が効きづらく感染すると重症化しやすいという特徴があります。

肺炎球菌の感染経路は主に飛沫感染で、咳やくしゃみから感染します。

肺炎の症状は？

発熱、咳、息切れなどの風邪とよく似た症状が現れます。高齢の場合は急激に症状が進むこともあります。

7～10日以上風邪のような症状が続く場合は肺炎の可能性がありますので、医療機関を受診しましょう。

高齢者の場合は典型的な肺炎症状がみられないこともあります。

「元気がない」「食欲がない」など体調不良の原因が肺炎であった場合もあります。

肺炎を予防するには？

肺炎球菌による肺炎には「毎日の感染対策」と「ワクチン接種」が有効です。



新型コロナワクチン、インフルエンザワクチン、を同時に接種することはできますか？

特に制限はなく医師が必要と認めた場合には、他のワクチンを同時に接種することができます。

令和8年度以降で使用される肺炎球菌ワクチンが変更となる可能性があります。

変更となった場合は、随時お知らせしていきます。

※株式会社 MSD 肺炎予防.jp 参照

循環器科専門外来のお知らせ

【担当医（非常勤）】

岡 潤一 医師

【イムス札幌内科リハビリテーション病院】

日本外科学会認定医

所属学会：日本外科学会・日本胸部外科学会・
日本心臓血管外科学会・日本血管外科学会

【循環器専門外来診療日】

毎月第3木曜日
8：30～11：30

☎0137-84-5011（代）

YouTube
はじめました。



https://www.youtube.com/@dounan_royal

YouTube 道南ロイヤル病院

QRコードより
視聴可能です。

道南ロイヤル病院

冬の「冷え」とリハビリの関係

冬のお風呂で気をつけたい「ヒートショック」

寒い場所から急に暖かいお風呂に入ると、血圧が大きく変わり、めまい・失神・心臓や脳の病気につながる可能性があります。

身体を冷やさないように（特に足を）しましょう。

対策として、お風呂場や脱衣所を暖めることやお湯は熱すぎないようにし、ゆっくり無理をしないことが大切です。「ちょっとした気配り」が命を守ります。

