



インフルエンザを 予防しよう

～予防接種費用を助成します～

10月からインフルエンザ予防接種が開始されます。
日高町では、住民登録をされている65歳以上の方および1歳～18歳(子ども医療費受給資格を有する方)を対象に予防接種費用の一部を助成します。



【助成期間】平成27年10月1日～平成28年1月31日
(ただし、休診日を除く)

【対象となる方】 年齢算定基準日…平成27年10月1日現在

■65歳以上の方

- ・65歳以上の方(昭和25年10月1日以前に生まれた方)
- ・60歳以上65歳未満で、下記の障がい(①心臓機能、②腎臓機能、③呼吸機能、④HIVによる免疫機能)を有し、身体障害者手帳1級または同等と判断された方

※対象の方には、「お知らせハガキ」をお送りします

■1歳～18歳(子ども医療費受給資格を有する方)

- ・1歳以上18歳以下のお子さま(平成9年4月2日～平成26年10月1日以前に生まれた方)

※対象の方には、封書で「接種助成券」をお送りします

※1歳未満(平成26年10月2日以降に生まれた方)で接種を希望される場合は、主治医と相談のうえ、健康推進課(☎63・3801)までご連絡ください

65歳以上の方

(定期予防接種二類対象者)

- ・接種回数……1回
- ・接種費用……1,000円(自己負担分)

課税・非課税世帯の方

生活保護受給世帯の方

健康推進課へ
「**無料接種券**」
を申請してください。
(印鑑持参)

医療機関へ予約

「**お知らせハガキ**」
「**健康保険証**」
をご持参のうえ
接種してください。

「**お知らせハガキ**」
「**無料接種券**」
「**健康保険証**」
をご持参のうえ
接種してください。

1歳～18歳のお子さま

(任意予防接種対象者)

- ・接種回数……13歳以上は1回
13歳未満は2回
- ・助成費用……1回につき1,000円
(2回まで)

※接種を勧奨するものではなく、接種の際の費用の一部を助成するものです

「**接種助成券**」をお送りします。
(一部助成)

医療機関へ予約

「**接種助成券**」
「**健康保険証**」
「**母子健康手帳**」
をご持参のうえ接種してください。

※接種できる医療機関は、「お知らせハガキ」または「接種助成券」の裏面に記載しています
必ず電話で予約してから、接種してください

インフルエンザってどんな病気？

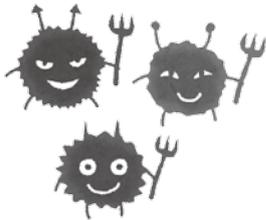
インフルエンザは、インフルエンザウイルスが体内に入り込むことによって起こります。ウイルスには、A型、B型、C型と呼ばれる3つの型があり、季節性のインフルエンザとして流行の原因となるのはA型とB型です。

例年11～12月頃に流行が始まり、1月～3月にピークを迎えます。

インフルエンザにかかっても、軽症で回復する場合がありますが、中には、肺炎や脳症などを併発して重症化してしまう場合もあります。



かぜとはどう違うの？



	インフルエンザ	かぜ
症状	高熱(38℃以上)、全身症状(全身倦怠感、関節痛、筋肉痛)、頭痛、咳、のどの痛み、鼻水など	微熱(37～38℃)、局所症状(のどの痛み、鼻水、鼻づまり、くしゃみ、咳)
発症	急激	比較的ゆっくり

インフルエンザにかからないために

□毎年、流行シーズン前に予防接種を受けましょう

発症する可能性を減らし、もし発症しても重症になるのを防ぐ効果があります。

ただし、ワクチンの効果が持続する期間は一般的に5か月程度です。また、流行するウイルスの型は毎年変わるため、毎年接種することが望まれています。

□うがい・手洗い、マスク

外出後のうがい・手洗いは、予防の基本です。

流行シーズン中は、外出時のマスク着用も忘れずに。



□普段の健康管理

バランスのよい食事と、十分な休養をとり、疲労を回復しましょう。

免疫力が弱っていると感染しやすくなり、感染したときに症状が重くなってしまうことがあります。

□適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。

乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、湿度を50～60%に保ちましょう。



□人混みや繁華街などへの外出を避けましょう

インフルエンザにかかったら

- 水分を十分に補給しましょう。
- 睡眠を十分にとり、安静にして休養しましょう。
- 早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。
- 他の人にうつさないために、マスクをつけ、外出を控えましょう。

☆咳エチケット☆

- せき、くしゃみの際はティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけ1m以上離れる。
- 鼻水、痰などを含んだティッシュをすぐに蓋付きのごみ箱に捨てる環境を整える。
- 咳をしている人にマスクの着用を促す。咳をしている場合、周りの方へうつさないためにマスクを着用する。
- マスクの使用は説明書を読んで正しく着用する。

感染経路は「飛沫感染」と「接触感染」

飛沫感染

感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出

別の人、そのウイルスを口や鼻から吸い込み感染

接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえる

その手で周りの物に触れてウイルスが付く

別の人、それに触ってウイルスが手に付く

その手で、口や鼻を触って粘膜から感染

お問い合わせ/健康推進課(☎63・3801)