

インフルエンザ定期予防接種のお知らせ

新型インフルエンザワクチンではありません

10月1日からインフルエンザの定期予防接種（以下、「接種」）を実施します。希望される方は、下記の「接種注意事項」をよく読んで、インフルエンザが流行する前に受けることをお勧めします。なお、この予防接種は新型インフルエンザの予防接種ではありません。

【対象者】香美市に住民登録があり、接種日当日①②のうち本人が接種を希望する方

①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害により、身体障害者1級相当の方

【実施期間】10月1日（木）～12月31日（木）（委託医療機関の休診日は除く）

【実施医療機関】県内委託医療機関

【申込方法】事前に希望の医療機関に接種日等をご確認の上、健康保険証・身体障害者手帳等・対象者であることが確認できるものを持参し、接種を申し出てください。

【接種料金（自己負担金）】1,000円

※公費負担で実施できるのは、上記の期間中1回だけです。

※生活保護受給者の方（上記①②の要件に該当する方のみ）は、免除証明書を持参すれば自己負担が免除になります。対象になる方は次まで問い合わせください。

【免除証明書の問い合わせ先】

福祉事務所 ☎53-3117・香北支所事務管理課 ☎59-2311・物部支所事務管理課 ☎58-3111



①心臓・じん臓または呼吸器の機能に、日常生活が極

（3）接種医とよく相談しなくてはいけない人

②接種の有効性

①高齢者の発病防止や特に重症化防止に有効であることが確認されています。②効果は、接種後、約2週間～5カ月間持続するとされています。③一般的に65歳以上の方は、ウイルスの型に大きな変異がない限り、1シーズン1回の接種で効果があらわれます。



◆接種注意事項◆

（1）接種にあたって

①接種は義務ではなく、あくまで本人が希望する場合に行うものです。②気になることや分からないことがあれば、接種前に接種医や看護師に相談して、理解・納得した上で接種を受けるかどうか判断しましょう。

（4）接種できない人

①接種当日、発熱のある人

②重い急性疾患にかかっている人

③接種に含まれる成分によって、アナフィラキシー（※）を起こしたことがある人

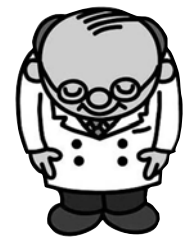
④過去に接種後、2日以内に起るひどいアレルギー反応（じん臓を思わす異常がみられた人）

⑤その他、医師が不適当な状態と判断した場合

（5）副反応

まれに副反応が起こることがあります。接種後、次の症状等が現れた場合は接種医療機関等の診療を受けてください。

接種部位の痛み・熱・ひどい腫れ、じんましん、繰り返す嘔吐、顔色の悪さ、低



（6）接種後注意事項

①接種後30分間は、副反応が起こることがあります。接種医療機関とすぐに連絡を取れるようにしておきましょう。

②副反応の多くは、24時間以内に出現しますので、特にこの間は体調に注意しましょう。

③接種後1時間を経過すれば入浴は差し支えありませんが、接種部位を強くこすったりは避けましょう。

④接種当日は、普段通りの生活をしてもかまいませんが、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

（7）健康被害救済制度

予防接種法に定める定期予防接種によって、生活に支障がでるような障害を残すなどの健康被害が生じ、当該予防接種と因果関係があることを厚生労働大臣が認定した場合には、予防接種法に基づく補償を受けることができます。



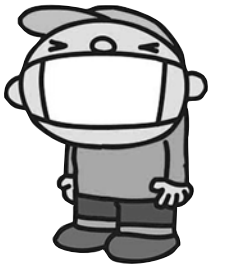
新型インフルエンザが流行しています!



感染拡大防止に向けて

感染拡大防止のため、以下のことを心がけましょう。

- 1) 手洗い・うがいをこまめにしましょう
- 2) “せきエチケット”を守りましょう
 - ▶せき、くしゃみをするときは、鼻と口を覆い周りの人から顔をそむけましょう。
 - ▶せき、くしゃみをした後に、しぶきが手にかかった時は手洗いをしましょう。
 - ▶使用後のティッシュやマスクは必ずゴミ箱へ捨てましょう。



- 3) 体調管理をしましょう

感染に対する抵抗力を落とさないために、十分に栄養・睡眠を取り、体調管理をしましょう。
- 4) 人ごみではマスクを着用しましょう

感染を避けるために、人混みではマスクを着用しましょう。マスクは完全ではありませんが予防に一定の効果があります。
- 5) 買い置きをしましょう

自分や家族が感染し、外出できなくなった場合に備えて買い置きをしておきましょう。

■食料品
長期保存可能なもの・発熱時に有効なもの（レトルト食品・スポーツドリンク・ゼリー状栄養食品など）

■日用品
■感染防止用品、医療品
マスク、ゴム手袋、消毒用アルコール、塩素系漂白剤 ※消毒効果があります。常備薬、持病の薬、冷却剤（氷枕、保冷剤）など

★地震などの災害でも備蓄は必要です。家族の状況に応じ家庭で備蓄品チェックリストを作り、確認しておきましょう。

急な発熱・咳・のどの痛みなどの症状のある方々へインフルエンザかな?と思ったら

新型インフルエンザが発生していることから、季節性のインフルエンザと新型インフルエンザが重なって流行するものと考えられています。



ほとんどの方が、軽症で回復していますが、重症化する場合がありますので、早めに一般の医療機関で受診してください。

★まず、電話連絡をして受診しましょう!
★受診のときはマスクを着けましょう!

かかりつけ医師のいる方・妊娠をしている方
☎医療機関に電話して指示を受けましょう。必ずインフルエンザの症状があることを伝えましょう。

どこの医療機関を受診したらいいのかわからない方
☎中央東福祉保健所新型インフルエンザ相談窓口に相談してください。
☎53-3171（月～金曜日の8:30～17:30）

家族の誰かが発症!

一家庭で看病する場合



流行が広がれば重症者の治療が優先されるため、軽症者は自宅で療養することが多くなります。注意点は下記のとおりです。

- ①抗インフルエンザウイルス薬は早期服用が有効です。医師の指示を守り服用してください。
- ②高熱が続くときは、氷枕や保冷剤などで頭やわきの下など大きな血管の近くを冷やしましょう。解熱剤の使用は必ず医師に相談してください。
- ③脱水症状を防ぐためにも、スポーツドリンクなどでこまめに水分を補給しましょう。また、食事は消化がよくて、栄養のあるものを摂りましょう。
- ④熱が下がっても、2日目までは感染力が続いている可能性があります。外出は控えましょう。

家庭で看病するときは、家庭内で感染を広げないことが大切です。なるべくうつらないように、下記のことを気をつけましょう。

- ①せきエチケットを守りましょう。看病する人もされる人もマスクを着けましょう。
- ②手洗いをこまめにしましょう。鼻水、痰のなかにはウイルスが生きています。できれば、ゴム手袋を着けましょう。
- ③換気をよくして空気中のウイルス濃度を低くしましょう。できれば他の家族と別の部屋で療養しましょう。
- ④食器類や衣類は、通常の洗剤で洗うことで十分です。
- ⑤患者が頻繁に触れるドアノブや鼻水、痰が付着したところは、消毒薬や殺菌作用のある漂白剤を使用するとよいでしょう。それ以外は通常の清掃でよいでしょう。