

# 元気プラザだより



令和2年第10号

## インフルエンザの季節がやってきます！

インフルエンザの感染力は非常に強く、日本では毎年約1千万人、約10人に1人が感染しています。特に、高齢者、お子さん、妊婦さん、持病(慢性閉塞性肺疾患、糖尿病等)のある方は症状が重くなりやすくなります。予防には、流行する前のワクチン接種などが有効です。



インフルエンザの予防接種については、同日配付のチラシ(高齢者:藤色・6ヵ月児~18歳:オレンジ色)をご覧ください。

### ▶インフルエンザと風邪(かぜ)の違いは…?

	インフルエンザ	風邪(かぜ)
症状	38℃以上の高熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの、全身症状	鼻水やのどの痛み、くしゃみ、せき、発熱など局所症状
流行の時期	1月~2月が流行のピークです	一年を通し、ひくことがあります

### ▶基本的な予防方法は…?

☑流行する前に…

インフルエンザワクチン予防接種をする！

予防接種は発症する可能性を減らし、発症しても重い症状になるのを防ぎます。また、流行するウイルスの型も変わるので、毎年、定期的に接種することが望まれます。



☑流行したら…

- 人が多く集まる場所から帰ってきた時は、うがい、手洗いを心がけましょう
- アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。
- 普段からの健康管理も重要です。栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておくこともインフルエンザ発症を防ぐ効果があります。



## ◆◆ 令和2年度高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種 ◆◆

- ▶接種期間 令和3年3月31日(水)まで
- ▶助成回数 1回(既に肺炎球菌ワクチンを受けた方は受けられません)
- ▶自己負担額 2,700円を医療機関にお支払いください
- ▶接種方法 指定医療機関にお申込みください。当日は健康保険証など年齢確認・本人確認ができるものを持参してください
- ▶今年度の対象者(※年齢⇒令和3年3月31日時点)

年齢	生年月日
65歳となる方	昭和30年4月2日生~昭和31年4月1日生
70歳となる方	昭和25年4月2日生~昭和26年4月1日生
75歳となる方	昭和20年4月2日生~昭和21年4月1日生
80歳となる方	昭和15年4月2日生~昭和16年4月1日生
85歳となる方	昭和10年4月2日生~昭和11年4月1日生
90歳となる方	昭和5年4月2日生~昭和6年4月1日生
95歳となる方	大正14年4月2日生~大正15年4月1日生
100歳となる方	大正9年4月2日生~大正10年4月1日生

### ▶任意接種を希望される方へ

今年度の定期予防接種の対象とならない65歳以上の方で、**指定医療機関**で任意での接種を希望される方に対し、**3,600円(費用の半額相当)**を助成いたします。

指定医療機関、助成回数、接種方法は、定期予防接種と同様です。

### ▶指定医療機関

海のまちクリニック	池田内科クリニック	中島内科
余市協会病院	よいち整形外科クリニック	勤医協余市診療所
小嶋内科	勝田内科皮膚科クリニック	わたなべ内科医院
森内科胃腸科医院	北郷耳鼻いん行科医院	積丹診療所
よいちクリニック	よいち港南クリニック	田中内科医院

### ~お問い合わせ先~

古平町役場 保健福祉課 TEL42-2182 (元気プラザ内)