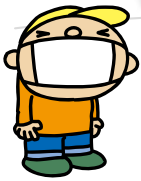


インフルエンザにご注意を!



インフルエンザの流行する時期が近づいてきました。流行を防ぐため、一人一人が「うつらない」「うつさない」を心がけ、家庭や学校、職場などで、感染の予防と拡大防止に努めましょう。

問い合わせ／保健医療課
☎55-2739 ☎53-5586

どのような症状が出るの?

せき、鼻水、喉の痛みに加え、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身に症状が出るのが特徴です。特に、乳幼児や高齢者、持病のある人、妊娠中の女性には重症化しやすいため、注意が必要です。

インフルエンザの予防方法は?

- 1 流行前の予防接種**
発症の可能性を低くします。発症した場合でも重症化防止に有効です。
- 2 小まめな手洗い・うがい**
外出後や食事前には、石けんなどを使って丁寧に手洗いをしましょう。うがいや、アルコールによる手・指の消毒も効果的です。
- 3 ふだんの健康管理**
日ごろから十分な栄養と睡眠をとり、体の抵抗力を高めておきましょう。
- 4 適切な湿度の保持**
空気が乾燥すると、喉の粘膜の防御能力が低下します。室内では、50〜60%の適切な湿度を保つことが効果的です。
- 5 人混みを避ける**
流行する時期には、なるべく人混みを避けましょう。また、混み合う場所では、不織布製マスクを着用しましょう。

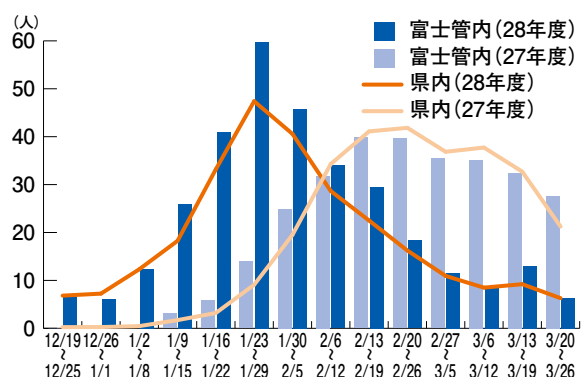
インフルエンザにかかってしまったら?

- ▼ 早目にかかりつけの内科・小児科で受診しましょう。
- ▼ 安静にして休養をとりましょう。特に睡眠を十分にとることが大切です。
- ▼ 発汗などによる脱水症状を防ぐため、水分を十分に補給しましょう。
- ▼ 周りの人にうつさないために、せきやくしゃみなどを人に向けて発しないことや、不織布製マスクの着用を心がけましょう。
- ▼ 熱が下がっても数日間は、ウイルスが体内に残っています。混み合う場所への外出は控えましょう。

インフルエンザの流行時期

下のグラフは、平成27・28年度の定点医療機関（県により定められた県内全体139か所と富士保健所管内15か所の内科・小児科）の1医療機関当たりのインフルエンザ患者数です。流行開始の目安とされている報告数は1で、10を超えるると注意レベル、30を超えると警報レベルになります。

感染症動向調査定点当たりのインフルエンザ患者数



※年末年始は定点医療機関の休診日が多くなるため、患者数の集計が少なくなっています。

予防接種費用を助成



申し込みは必要ありません。直接、市内医療機関で予防接種を受けてください。

子ども

対象／市内に住民登録がある、満1歳〜高校3年生相当年齢の人
接種期間／10月1日〜平成30年2月28日
持ち物／母子健康手帳、年齢と住所を確認できるもの
公費負担／1回の接種につき、1000円を助成
公費負担回数／1〜12歳 2回
13歳以上 1回

高齢者

対象／市内に住民登録がある、65歳以上、または60〜64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能や、エイズによる障害があり、身体障害者手帳1級相当の人
接種期間／10月1日〜平成30年1月31日
持ち物／保険証や運転免許証など、氏名と年齢、住所を確認できるもの
公費負担回数／1回
自己負担／1620円（生活保護受給世帯の人は無料）

- 委託契約をしていない施設・市外の医療機関で接種する場合、料金の全額が自己負担になることがあります。
- 入院・入所など、やむを得ない事情で、市外での接種を希望する人は、「接種依頼書」が必要で、事前に、健康対策課にご連絡ください。

◆ 予防接種の助成に関する問い合わせ
健康対策課（フィランセ内）
☎(64)8992
☎(64)7172