

予防接種

重症化を防ごう

風邪はさまざまなウイルスにより発症しますが、その症状の多くはのどの痛み、鼻汁、くしゃみや咳などが中心です。全身症状はあまり見られず、発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することもあまりありません。一方、インフルエンザは、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。併せて風邪の症状も見られ、お子さんではまれに急性脳炎を、高齢の方や免疫力が低下している方では肺炎を併発するなど重症化することもあります。

インフルエンザは流行性疾患であり、一度流行が始まると短期間に多くの人へ感染が広がります。大流行を防ぐためには、皆さん一人ひとりの予防が大事になってきます。

普通の風邪とは異なる インフルエンザ

インフルエンザの予防方法

インフルエンザワクチンは、かかったときの重症化防止に有効であることから、日本でも年々ワクチン接種をする方が増加しています。これまでの研究から、ワクチンの予防効果が期待できるのは、接種した2週間後から5か月程度までと考えられています。

日本では、インフルエンザは例年12月～3月ごろに流行します。ワクチン接種による効果が現れるまでに2週間程度かかるため、毎年12月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

インフルエンザシーズンは、毎日の予防と早めの対策を心がけることが大切です。

インフルエンザを防ぐ

外出後の手洗い、うがい等

バランスのとれた栄養摂取

人混みや繁華街への外出を控える

十分な休養

適度な湿度の保持

流行前のワクチン接種



インフルエンザにかかったら。。。

早めに医療機関で受診し、医師の指示に従ってください。そして、安静にして十分な水分補給や休養、特に睡眠を十分にとるようにしてください。周りの人へうつさないためにも不織布製マスクの着用や、学校、職場、繁華街などへの外出を控えましょう。

また、小児、未成年者では、インフルエンザにかかると、医薬品を服用しない場合でも、急に走り出す、部屋から飛び出そうとする、ウロウロと徘徊するなどの異常行動を起こすおそれがあります。自宅において療養を行う場合には、少なくとも2日間は保護者がそばについているなどして、1人にならないよう気をつけてください。

インフルエンザにかかった際に伴う異常行動については厚生労働省ホームページにも掲載されています。

厚生労働省インフルエンザQ & A

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/qa.html>

国立感染症研究所ホームページ

<http://www.nih.go.jp/niid/ja/diseases/a/flu.html>

高齢者インフルエンザワクチン予防接種公費助成 (実施期間：10月20日(日)～12月25日(水))

■対象

次の①または②に該当し、接種を希望する方

①接種日当日で満65歳以上の方（誕生日の前日から該当します）

②接種日当日で満60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に極度の障がいがある方（身体障害者手帳1級程度）

※①②ともに、接種日にインフルエンザにかかっている方、もしくは過去のインフルエンザ予防接種を受けた後に発熱した方は対象から除きます。

■費用

1,000円(助成後の接種費用) ※生活保護受給者は無料になるので受給者証を持参してください。

■持ち物

健康保険証（②に該当する方は身体障害者手帳または医師の診断書）

※町外で接種を希望される場合は、事前に町保健センターまたは役場東出張所に予約票を受け取りに来てください。町内受託医療機関(左ページ参照)には予約票が置いてあります。

インフルエンザ ・肺炎球菌

公費助成で負担も少なく ワクチン接種で

高齢者は肺炎球菌も注意

一方で、日本人の死因の第4位は肺炎となっています。その主な原因はウイルスや細菌で、65歳以上の方では「肺炎球菌」が原因菌の第1位を占めています。近年では、多くの薬剤に耐性を示す多剤耐性肺炎球菌が急増して、治療

肺炎球菌を防ぐ

が困難な例も増加し、予防が極めて重要になっています。「肺炎球菌ワクチン」は、この肺炎球菌という細菌を狙った予防ワクチンです。すべての肺炎に有効ということではありませんが、肺炎球菌による肺炎にかかっても、「軽症で済む」「抗生物質が効きやすい」などの効果を得られます。町では平成21年10月から、肺炎球菌ワクチン予防接種費用の公費助成を行っています（1人1回のみ）。助成期間は通年となっていますが、特に肺炎を併発しやすいインフルエンザの予防と併せて、体調が良好なときにぜひ接種しましょう。

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種の流れ

- ①事前に町保健センターまたは役場東出張所に備えてある「肺炎球菌予防接種申込書」に必要事項を記入して提出
■対象 町内に住民登録のある65歳以上の方で、過去5年間に肺炎球菌ワクチンを接種していない方
- ②申込書の内容を確認後、その場で「接種券」「肺炎球菌ワクチン予防接種予診票」「受託医療機関一覧」を交付
- ③受託医療機関（右下参照）に予約
- ④受託医療機関で予防接種
※接種当日は「接種券」「肺炎球菌ワクチン予防接種予診票」を医療機関にお持ちください。
※接種費用の内、4,000円を差し引いた金額をお支払いください（医療機関により接種料金が異なります）。

高齢者インフルエンザ・肺炎球菌 町内接種受託医療機関

- ◆鳩山第一クリニック ☎ 296-6800
- ◆福島内科 ☎ 298-0600
- ◆麻見江ホスピタル ☎ 296-1155
- ◆鳩山今宿クリニック ☎ 296-6260

※接種予約など詳細は、直接医療機関にお問い合わせください。

※このほか、県内受託医療機関でも接種ができます（肺炎球菌ワクチンは比企管内のみ）。事前に町保健センターにお問い合わせください。

◆接種を希望される方は、予防接種の効果や副反応などを理解したうえで予診票に記入し、接種を受けるようにお願いします。

■問合せ 町保健センター ☎ 296-2530

予防接種は副反応にも注意

免疫をつけるためのワクチン接種ですが、免疫がつく以外の反応がみられることがあります。これを副反応といいます。

季節性インフルエンザワクチンや高齢者肺炎球菌ワクチンで比較的多くみられる副反応には、接種した場所（局所）の赤み（発赤）、はれ（腫脹）、痛み（疼痛）などが挙げられます。接種を受けた方の10〜20%に起こりますが、通常2〜3日でなくなります。全身性の副反応としては、発熱、頭痛、寒気（悪寒）、だるさ（倦怠感）などが見られます。

す。接種を受けた方の5〜10%に起こり、こちらも通常2〜3日でなくなります。

また、ショック、アナフィラキシー様症状（発疹、じんましん、赤み（発赤）、掻痒感（かゆみ）、呼吸困難など）がまれに見られることもあります。ショック、アナフィラキシー様症状は、ワクチンに対するアレルギー反応で、接種後、比較的すぐに起こることが多いことから、接種後30分間は接種した医療機関内で安静にしてください。なお、帰宅後に異常が認められた場合には、速やかに医師に連絡してください。

（出典：厚生労働省・国立感染症研究所）