



インフルエンザを 予防しよう

インフルエンザは風邪に比べて感染力が強く症状が重いので、乳幼児や高齢者など抵抗力が弱い人は命にかかわる危険もあります。また、今冬にはインフルエンザと新型コロナウイルス感染症が同時に流行する可能性があります。新型コロナウイルス感染症予防対策と同様に、手洗い、うがい、マスクの着用、咳エチケットなど、一人ひとりができる感染予防対策を心がけましょう。

インフルエンザに感染するのはこんなとき

- ・ **飛沫感染**
感染者が咳やくしゃみをする時、空気中に目に見えないウイルスが飛び散り、近くにいる人が鼻や口から吸い込んで感染します。
- ・ **接触感染**
感染者が触ったドアノブやスイッチなどにはウイルスが付着している可能性があります。そこに触れると、手から鼻や口、目などを通じてウイルスが侵入し、感染します。

日常生活で心がけること

- ・ **こまめな手洗い**
外出後はもちろん、調理の前後、食事前などこまめに石けんで手を洗いましょう。



- ・ **人ごみを避ける**
不特定多数の人が集まる場所では、知らないうちに感染者と接触してしまうリスクが高まります。人ごみへの不要不急の外出は控えましょう。
- ・ **加湿**
空気が乾燥していると、のどの防御機能が低下します。加湿器などを利用して、室内を適切な湿度(50～60%)に保ちましょう。
- ・ **規則正しい生活**
日頃からバランスの良い食事と十分な睡眠を心がけ、免疫力を高めておきましょう。
- ・ **予防接種**
予防接種には発病の可能性を低くしたり、重症化を防ぐ効果があります。特に乳幼児や高齢者、持病がある人などの重症化しやすい方はできるだけ受けておくようにしましょう。

予防接種費用を助成します

【助成期間】 令和2年10月1日～令和3年1月31日

(ただし、休診日を除く)

【対象となる方】

■65歳以上の方

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。



・65歳以上の方

10月1日現在65歳以上の方には個別に通知をしています。10月1日以降に65歳以上になられる方で、接種を希望される方は健康推進課(☎63・3801)までご連絡ください。

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

■1歳～18歳のお子さま(子ども医療受給資格を有する方)

- ・1歳以上18歳以下のお子さま(平成14年4月2日～令和元年10月1日以前に生まれた方)

※1歳未満(令和元年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……無料

「予防接種依頼書」をお送りします。

医療機関へ予約

「予防接種依頼書」
「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

(助成対象者)

- ・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、封書に同封している医療機関一覧をご覧ください。必ず電話で予約してから、接種してください。