

インフルエンザを知って  
予防しましょう

◆インフルエンザとは

風邪とは別の病気で、症状や感染力も強く、ときに重症化して命に関わることもある感染症です。  
※風邪との違いについては、左の表をご覧ください。

	風 邪	インフルエンザ
症 状	鼻水やのどの痛みなどの局所症状。	38℃以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状。
流行の時期	一年を通しひくことがあります。	1月～2月に流行のピーク。ただし、4月、5月まで散発的に流行することもあります。




◆インフルエンザで症状が重くなりやすい方

- 高齢者
  - 乳幼児
  - 妊婦
  - 慢性閉塞性肺疾患（COPD）、喘息、慢性心疾患、糖尿病などの持病のある方
- 以上の方で、次のような重症化のサインがみられる場合は、すぐに医療機関を受診してください。

重症化のサイン

乳幼児では <input type="checkbox"/> けいれんしたり呼びかけに答えない <input type="checkbox"/> 呼吸が速い、苦しそう <input type="checkbox"/> 顔色が悪い（青白） <input type="checkbox"/> 嘔吐や下痢が続いている <input type="checkbox"/> 症状が長引いて悪化してきた	大人では <input type="checkbox"/> 呼吸困難、または息切れがある <input type="checkbox"/> 胸の痛みが続いている <input type="checkbox"/> 嘔吐や下痢が続いている <input type="checkbox"/> 症状が長引いて悪化してきた
---	--

◆インフルエンザ予防に有効な次のことを習慣にしましょう。

<p><b>うがい</b></p> <p>①口にふくんでくちゅくちゅがいがい。 ②次に上を向いてガラガラうがい。ノドの奥に回るように15秒程度。 これを何度か繰り返します。</p> 	<p><b>手あらい</b></p> <p>指輪や腕時計を外し、せっけんなどを使って30秒以上洗いましょう。洗った後は、きれいな布やペーパータオルなどで水を十分にふきましょ。</p> 
<p><b>マスク</b></p> <p>咳をしている人にはマスクをしてもらいましょう。マスクを適切に着用することで、しぶきが飛び散ることを防ぐことができます。</p>  <p>※冬に向けて今から用意しておくことも大切な予防策です。</p>	<p><b>人ごみはさける</b></p> <p>不特定多数の人が集まる場所は感染の危険性が高いです。できるだけ人ごみはさけましょう。また、帰宅時にはうがい、手洗いを行いましょう。</p>

◆インフルエンザワクチンについて  
インフルエンザワクチンは、接種してからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度

かかり、その効果が十分に持続する期間は約5カ月間とされています。

◆予防接種の補助について

黒潮町に住民登録があり、接種当日に、

① 65歳以上の方

② 60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓または呼吸器の機能に自己

の身の日常生活が極度に制限される程度の障がいのある方、およびヒト免疫不全ウイルスに

より免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいのある方（身体障害者手帳1級に

相当する方）

のいずれかに該当する方については、接種料金の1回分を公費で補助していただきます（自己負担1000

円必要）。実施期間は、10月1日

から12月31日までです。

免疫力や抵抗力の弱い乳幼児や

高齢者、慢性疾患をお持ちの方は、医師と相談のうえ、予防接種を受けることをおすすめします。

○お問い合わせ

本庁健康福祉課 保健衛生係

☎ 43-2836（直通）

佐賀支所地域住民課 保健センター

☎ 55-7373（直通）