

# インフルエンザ予防接種を

## 受けましょう

毎年、インフルエンザの流行は通常初冬から春先に見られます。短期間に、子どもから高齢者まで大勢の方を巻き込み流行するという点で、普通の風邪とは異なるものです。さらに、65歳以上の高齢者や慢性疾患患者の死亡率が普段より高くなるという点でも同様のことが言えるため、インフルエンザにかからないよう予防することは、とても大切なことです。

インフルエンザの予防のために、流行前に予防接種を受けることをお勧めします。予防接種を受けることは高齢者の発病防止や重症化防止に有効であることが確認されています。インフルエンザの予防接種について、よくご理解のうえ予防接種をお受けください。また、予防接種を受け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か月とされていますので、より効果的に有

効性を高めるためには、毎年インフルエンザが流行する前の12月上旬までに接種を受けておきましょう。

普段の生活でもインフルエンザにかからないようインフルエンザの一般的な予防法をご紹介します。

### インフルエンザの

#### 一般的な予防法

① 十分な栄養・休養をとる  
体力の低下は、インフルエンザにつけやすきを与えてしまいます。インフルエンザに負けない体力をつけましょう。

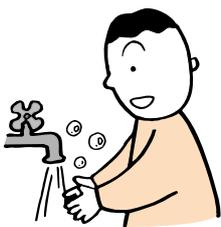


② 室内の乾燥に気を付ける  
インフルエンザの感染の広がりには、空気の乾燥が関連しています。加湿とともに室内の換気にも気を付けましょう。

③ 人込みを避ける  
インフルエンザは、空气中に拡散されたウイルスによって感染します。流行中は人込みを避けるようにしましょう。

④ マスクを着用する

⑤ 外出後は、手洗いとうがいを



### 費用の一部補助について

高齢者の皆さんにインフルエンザの予防接種の費用を一部補助します。接種を希望される方は、医療機関に事前に予約をして、健康保険証など住所、年齢が確認できるものと、個人負担金1,000円をご持参のうえ、直接医療機関で接種を受けてください。(接種券の発行はありません)

○ 補助対象者

松前町に住民票のある65歳以上の方

○ 接種回数

一人が1年度に1回のみ

○ 接種期間

10月15日(日)～12月31日(日)

○ 診療時間内

○ 接種場所

松山市・伊予市・伊予郡の協力医療機関(事前に予約をしてください)

※ 普段の健康状態の分かる、かかりつけ医とよくご相談のうえ、体調のよいときに接種しましょう。

※ 入院中の方や施設に入所されている方は、医療機関・入所施設管理者と相談してください。

問い合わせ

松前町保健センター

☎ 985-4118