

保健センター通信

すこやかだより

オアシスセンター1階 ☎(48) 1111 (内1520・1521)

インフルエンザを予防しましょう

毎年、10月～3月にかけて流行するインフルエンザ。インフルエンザウイルスに感染すると、突然の高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛・のどの痛み・咳・鼻水など、全身に症状が現れます。特に、体力や免疫力が低下している高齢の方は症状が悪化しやすく、肺炎などの合併症を起こしやすいので注意が必要です。一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

■インフルエンザにかからないためには・・・

- ▽インフルエンザの予防接種を受けましょう。
- ▽人混みへの外出を控えたり、マスクを着用して外出したりするように心掛けましょう。
- ▽外出先からの帰宅時や調理の前後などには、こまめに手洗いをしましょう。
- ▽十分な睡眠とバランスのよい食事を心掛け、免疫力を高めましょう。



■インフルエンザをうつさないためには・・・

インフルエンザは、くしゃみや咳で唾液が飛び散り、そこに含まれているウイルスによって他の人に感染してしまいます。「咳エチケット」に努めましょう。

【咳エチケット】

- ▽くしゃみや咳が出ているときは、マスクを着用し、鼻と口をしっかりと覆いましょう。
- ▽周囲の人からなるべく離れてくしゃみや咳をしましょう。
- ▽口と鼻を覆ったティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てましょう。
- ▽くしゃみや咳を押さえた手から周囲のものにウイルスが付着します。こまめに手を洗いましょう。

高齢者インフルエンザ予防接種の助成期間を延長

接種を希望される方は、直接「阿久比町インフルエンザ予防接種実施医療機関」にご予約の上、お出掛けください。

■助成期限

平成30年1月31日(水)

■対象者

- ①65歳以上の方
- ②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能障害(身体障害者手帳1級程度)のある方およびヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害のある方

■接種回数・料金(個人負担額)

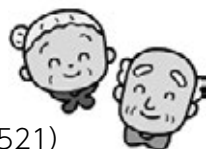
1人1回・1,000円

■生活保護世帯、町民税非課税世帯の方

費用が免除される制度があります。接種前に保健センターで手続きをしてください。手続きにはマイナンバーカード、またはマイナンバーの通知書と本人確認ができるもの、印鑑が必要です。

■申し込み・問い合わせ先

健康介護課保健係
☎(48) 1111 (内1520・1521)



■阿久比町インフルエンザ予防接種実施医療機関(50音順)

医療機関名(住所)	電話番号
阿久比クリニック(卯坂字米山1-1)	☎(48) 8866
あぐい小児科クリニック(福住字坊田34)	☎(89) 2020
あぐい南クリニック(矢高字高岡北86)	☎(49) 0373
浅井外科(白沢字天神前33-2)	☎(48) 8787
飯塚医院(福住字六反田1-9)	☎(48) 2131
岡田ハートクリニック(椋岡字角前田52-3)	☎(49) 2100
於大クリニック阿久比(宮津字西森下14-1)	☎(49) 3811
眼科富田クリニック(白沢字二反ノ田57)	☎(49) 3322
すみやクリニック(宮津字宮天神24-1)	☎(49) 3154
高津耳鼻咽喉科(白沢字天神裏41-2)	☎(49) 2525
竹内整形外科・内科クリニック(萩字新川35)	☎(47) 1275
ちた整形外科クリニック(阿久比字東向山6-29)	☎(48) 6300
ハーブ内科皮膚科(横松字宮前67)	☎(48) 9074
東ヶ丘クリニック(福住字高根台11-6)	☎(48) 5551
山田内科(草木字平井堀3)	☎(48) 3737
渡辺クリニック(白沢字天神裏10-8)	☎(48) 0202