

インフルエンザを 予防しよう！！



保健福祉だより

◎保健福祉課

TEL 01456-2-6183

◎日高総合支所地域住民課

TEL 01457-6-3173

毎年、冬季（11月から3月頃）になるとインフルエンザが猛威をふるい、私たちの健康を脅かします。インフルエンザは、放っておくと気管支炎や肺炎などを併発し、死に至ることもある怖い病気です。インフルエンザに関する正しい知識を持ち、その予防に心がけましょう！

インフルエンザの症状

約1～3日の潜伏期間の後、発症します。突然の38℃以上の「高熱」や全身のだるさ、食欲不振などの「全身症状」が強く現れます。やや遅れて、咳（せき）やのどの痛み、鼻水などの「呼吸器症状」が現れ、腰痛や吐き気などの「消化器症状」を訴えることもあります。

インフルエンザを予防するには・・・

日ごろから次のことに注意し、しっかり感染を予防しましょう！

●感染経路の遮断

- ・なるべく人混みを避けましょう。
- ・外出後は、うがいと手洗いをしましょう。
- ・インフルエンザは主に咳やくしゃみから感染します。外出時は予防のためマスクをしましょう。
発症後も、マスクをし他の人へうつさないようにしましょう。
- ・部屋の湿度や温度を適切に保ち、こまめに換気しましょう。

●抵抗力をつける

- ・十分な栄養と睡眠を心がけ、適度な運動をしましょう。

●予防接種を受ける

流行前に予防接種を受けることが有効です！たとえインフルエンザにかかった場合でもワクチンの接種は重症化防止としても有効です。家族や職場、学校等集団生活の中で人にうつさないためにも、接種をお勧めします。

予防接種は町内の医療機関で実施しています。詳しくは次ページをご覧ください。（接種料金については、直接医療機関にお問い合わせください。）

【※ 下記の方は、助成対象者となります。次ページをご覧ください。】

- ① 就学前のお子さん
- ② 65歳以上の方及び、60歳以上65歳未満の方で心臓・じん臓・呼吸器等に関する身体障害者手帳（1級）をお持ちの方
- ③ ①・②以外の方で住民税非課税世帯と生活保護世帯の方



平成26年度 インフルエンザ予防接種費用助成します

- 対 象** インフルエンザワクチンを接種した方で以下に該当する方
- A 就学前のお子さん
 - B 65歳以上の方及び60歳以上65歳未満の方で心臓・じん臓・呼吸器等に関する身体障害者手帳（1級）をお持ちの方
 - C A・B以外の方で住民税非課税世帯と生活保護世帯の方

- 助 成 額** 対象A 1回目3,000円上限、2回目1,500円上限
 対象B 1回目3,000円上限
 対象C 13歳未満の方は対象Aと同じ
 13歳以上の方は対象Bと同じ
- ※2回接種対象の方で1回目と2回目の接種医療機関が異なる場合、自己負担額が多くなりますので、医療機関にご確認ください。

- 助成方法** 【町内の医療機関の場合】
- 門別国保病院、日高国保診療所、鎌田病院、勤医協厚賀診療所、医療法人社団沙流都外来
 対象A・B・・・特に手続きはありません。
 対象C・・・住民税非課税世帯と生活保護世帯の方は、事前に申請すると一旦支払わずに済みます。印鑑を持って役場・各支所で手続きしてください。
 なお、一旦支払った場合は、接種費用領収書と接種済証、印鑑、通帳を持って役場・各支所で手続きしてください。

| 名称 | 受付 | | | 予約など |
|----------|----------------------------------|-------------|-----------------------------|-----------------|
| | 曜日 | 時間（午前） | 時間（午後） | |
| 門別国保病院 | 月～金 | 10:30～11:30 | 16:00～17:00 | 予約不要 11月4日より |
| | ※ 外来受診時に接種希望する患者は上記時間外であっても接種可能。 | | | |
| 日高国保診療所 | 月～金 | 8:30～11:00 | 13:00～15:00 | 予約不要 11月4日より |
| 鎌田病院 | 月～金 | 9:00～11:45 | 13:30～16:30 | 予約不要 |
| | 土 | 9:00～11:45 | — | |
| 勤医協厚賀診療所 | 水・木・金 | 9:30～12:00 | — | 要予約 |
| 沙流都外来 | 月・木・金 | 8:45～12:00 | 13:30～17:00 (木曜のみ～18:00) | 予約不要 |
| | 水・土 | 8:45～12:00 | — | |

- 【町外の医療機関の場合】**
 一旦支払った後の申請になります。
 接種費用領収書と接種済証、印鑑、通帳を持って役場・各支所等で手続きしてください。

お問い合わせ

- 日高町役場 保健福祉課 健康づくりグループ
 電話01456-2-6183（直通）
- 日高総合支所 地域住民課 福祉・健康・介護グループ
 電話01457-6-3173（直通）