

# がんばる！インフルエンザ予防！

## インフルエンザ予防接種の早期予約！

**平成16年10月31日までに医療機関に予約をしましょう。**

島根県及び島根県医師会では、「インフルエンザ予防接種の早期予約・早期接種キャンペーン(平成16年10月1日～31日)」を実施しています。インフルエンザ予防接種を希望される方は、確実に予防接種を受けられるように、平成16年10月31日までに医療機関に予約をしましょう。

**インフルエンザ予防接種は、自費により、どなたでも受けることができます。**

予防接種法の対象の方(65歳以上の高齢者など。料金の一部を公費負担)以外でも、予防接種を希望される方は、医療機関に予約をすれば、どなたでも予防接種を受けることができます。

なお、13歳未満の方は、原則2回接種となります。

自費(公費負担無し)による予防接種を実施していない医療機関もありますので、詳しくは、医療機関にお問い合わせいただくか、最寄りの保健所にお問い合わせください。

## インフルエンザ予防の基本3原則！

**予防接種で免疫をつける！**

流行前の予防接種が最も効果的です。

予防接種によって、ある程度インフルエンザにかかりにくくなり、発症した場合でも重症化や死亡を防ぎます。

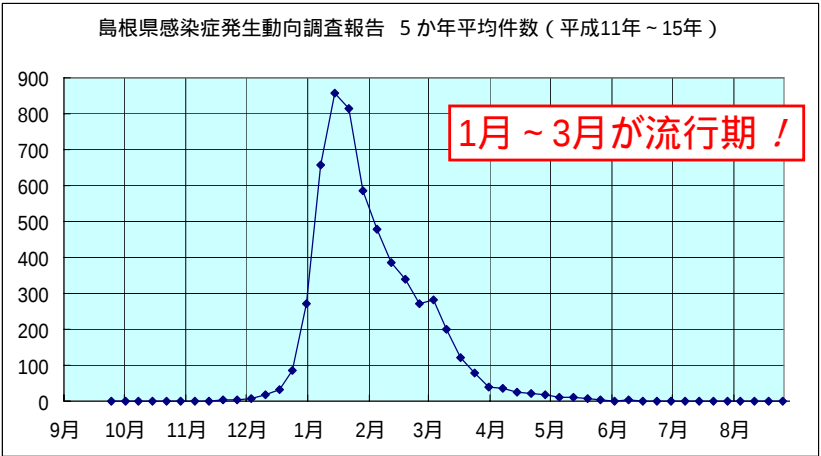
効果が出るまで2週間程度かかるので、出来るだけ流行前(12月中旬まで)に予防接種を受けましょう。

**ウイルスをもらわない！**

- ・うがいと手洗いをしましょう。
- ・部屋の乾燥を防ぎましょう。(乾燥は呼吸器を痛めます)
- ・人ごみを避けましょう。
- ・マスクを着けましょう。(のどの保温保湿に効果あります)

**抵抗力をつける！**

- ・十分な栄養や休養をとりましょう。



## インフルエンザ予防接種のお問い合わせは？

予防接種の実施医療機関などについて、お気軽に おたずねください。

| 保健所(健康福祉センター) |          | 電話番号         |
|---------------|----------|--------------|
| 松江健康福祉センター    | 衛生指導グループ | 0852-23-1317 |
| 木次健康福祉センター    | 衛生指導グループ | 0854-42-9645 |
| 出雲健康福祉センター    | 衛生指導グループ | 0853-21-1185 |
| 川本健康福祉センター    | 衛生指導グループ | 0854-84-9807 |
| 浜田健康福祉センター    | 衛生指導グループ | 0855-29-5557 |
| 益田健康福祉センター    | 衛生指導グループ | 0856-31-9551 |
| 隠岐支庁健康福祉局     | 環境衛生グループ | 08512-2-9715 |
| 島根県薬事衛生課      | 感染症グループ  | 0852-22-5254 |



**65歳以上の高齢者の方へ**(満60歳以上満65歳未満であって、心臓・じん臓もしくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方を含みます。)

予防接種料金の一部を公費負担する制度がありますので、くわしくは、お住まいの市町村の予防接種の窓口へ お問い合わせください。

島根県健康福祉部薬事衛生課・島根県医師会