



みんなでやろう! インフルエンザ対策

インフルエンザの流行を防ぐためには、ウイルスを体内に侵入させないことや周りにつさないようにすることが重要です。最も流行する時期は秋から冬にかけて。一人一人がインフルエンザに「かからない」「うつさない」取り組みを実践しましょう。

風邪とインフルエンザの違い

風邪は、鼻水やのどの痛みなど、局所症状が中心です。1年を通して発症します。
インフルエンザは、38度以上の発熱や咳、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなど、全身に症状が出ます。1月から2月が流行のピークですが、4月・5月まで流行することもあります。

重症化のサイン

- 【子ども】
- けいれんや呼びかけに答ええない
 - 嘔吐や下痢が続く
 - 呼吸が速く、苦しい
 - 症状が長引き、悪化する
 - 顔色が悪い
- 【大人】
- 呼吸困難、または息切れがある
 - 嘔吐や下痢が続く
 - 胸の痛みが続く
 - 症状が長引き、悪化する

インフルエンザにかからないようにするには

• 人が多く集まる場所から帰って



来た時は、手洗い・うがいを心がけましょう。アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。

• 普段から栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めましょう。
• 予防接種も有効です。発症しても重い症状になるのを防ぎます。ただし、ワクチンの効果が持続するのは5か月程度です。流行するウイルスの型も変わるので、毎年、定期的に接種することが望まれます。

キーワードは「咳エチケット」

厚生労働省は、感染を防ぐため「咳エチケット」をキーワードとした普及啓発活動を行い、マスクの着用や人混みにおいて咳をする際の注意点について呼びかけています。詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。↓



予防接種

接種期間 12月31日(火)まで
【定期接種】

対象者 ▼65歳以上 ▼0歳～65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能低下などがあり、日常生活動が極度に制限される程度の障がいがある人、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能の低下により日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある人。
接種回数 1回
個人負担額 1400円

個人負担額 1900円(1回あたり)
接種医療機関 市の委託医療機関 ※要予約
その他 市が委託する医療機関以外での接種を希望する場合は、接種予定日の1週間前までに、健康推進課で手続きしてください。

・菊池市に住民票がある人が対象です。保険証や免許証など身分が証明できるものと印かんを持参してください。
・子どもの接種は、母子手帳を必ず持参してください。子どもの健康状態をよく知っている保護者が同伴してください。
※事前に手続きがない場合は、補助できません。

歯ッピーキッズ

3歳児健診時 「むし歯なし」の子

8月7日・28日の歯科検診で、むし歯がなかったお子さんを紹介します。(敬称略)※行政区は検診日時

- | | |
|------------|-------------|
| 岩崎花奏(巨) | 野田愛乃(七城田中) |
| 緒方大音(太田) | 田中真桜(小川) |
| 緒方太河(遊蛇口) | 中村真咲(朝日団地) |
| 奥村文志朗(遊蛇口) | 若永誠(富の原一) |
| 奥村珠愛(大琳寺) | 五島敬也(桜山三) |
| 織田海成(大琳寺) | 杉尾心徠(桜山四) |
| 神谷凜桜(高野瀬) | たに谷口満咲(桜山七) |
| 高岡蘭太郎(北宮) | 中武由寧(桜山五) |
| 山下丈太郎(上出田) | 平嶋 亮(南住吉) |
| 山下清太郎(栄町) | 右田桜菜(田島一) |
| 宮崎正也(片角) | 宮本夕理(永出分) |
| 前田華凜(大琳寺) | 村上由起(南山手) |
| 岡留友菜(上西寺) | 高木 星(富の原中央) |
| 服部隆希(上西寺) | 山崎友菜(南住吉) |
| 野口絢翔(中原) | 山下莉奈(久米二) |
| 上村朋花(玉祥寺) | |

むし歯を予防するためには ①むし歯菌を減らすための毎日の仕上げ磨き ②甘いものを減らしたおやつ工夫 ③歯の質を強くするための定期的なフッ化物塗布