



予防を意識し、感染を防ぎましょう

インフルエンザの 流行期を迎えます

流行期は…… インフルエンザは、インフルエンザウイルスを病原体とする急性の呼吸器感染症で、毎年世界中で流行がみられています。インフルエンザの流行は、1月から3月上旬にピークを迎え、4月ごろまで続きます。

予防を心掛けましょう…… インフルエンザは、インフルエンザウイルスが口や鼻から体の中に入り感染します。体の中でウイルスが増えると、数日の潜伏期間を経て、38度以上の発熱やのどの痛み、倦怠感や関節痛、筋肉痛などの全身症状が急に現れます。特に、幼児や高齢者、持病のある方、妊娠中の女性は、肺炎や脳症などの合併症が現れるなど、重症化する可能性があります。ため、予防することが大切です。

〈身近にできる予防法〉

- 十分な栄養と睡眠をとり、抵抗力を高めておきましょう。
- こまめに手洗いや、うがいを心掛けましょう。
- 咳エチケットを心掛けましょう。
- 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。
- 加湿器などを使って、適切な湿度（50％～60％）を保つことも効果的です。

〈予防接種を受けましょう〉

予防接種を受けることで、発病の可能性を減らすことができ、たとえかかっても症状が重くなることを予防できます。予防接種の効果が現れるまで2週間程度を要しますので、早めの接種をおすすめします。

市では次の方の予防接種費用を助成しています。

	高齢者インフルエンザ	任意インフルエンザ
対象	満65歳以上の方または満60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に、身体障害者手帳1級程度の障がいがある方	○生後6カ月～高校生相当の方（平成13年4月2日生まれまで） ○妊婦
自己負担	市の助成額（1,400円）を引いた額が医療機関から請求されます。金額は各医療機関で異なります。	
助成回数	1回	○生後6カ月～12歳の方は2回まで ○13歳以上の方は1回
助成期間	2月29日(土)まで ※医療機関により早期に終了することがあります。	
問合せ	健康づくり課 ☎58-2838	子育て支援課 ☎89-2948

市の助成に対応し、インフルエンザの予防接種を受けられる医療機関

医療機関	高齢者	任意	医療機関	高齢者	任意	医療機関	高齢者	任意
JCHO秋田病院	☎52-3271	● ●	関ロレディースクリニック	☎53-5121	● ●	藤原こども医院	☎52-7241	● ●
浅内診療所	☎52-5022	● ●	たかはしレディースクリニック	☎55-0033	● ●	三田医院	☎58-3858	● ●
淡路医院	☎52-5015	● ●	たなか耳鼻咽喉科医院	☎53-3341	● ●	ミナトクリニック	☎53-2020	● ●
石川こどもクリニック	☎52-8558	— ●	富町クリニック	☎52-9870	● ●	山須田医院	☎54-3120	● ●
小野医院	☎53-2700	● ●	永沢医院	☎52-4274	● ●	楊整形外科医院	☎89-7771	● ●
加賀医院	☎54-8080	● ●	成田産婦人科医院	☎52-3317	● ●	わたなべ耳鼻咽喉科	☎55-2352	● ●
金田医院	☎73-2511	● ●	西塚医院	☎54-1670	● ●	わたなべ整形外科	☎52-8881	● ●
木村医院	☎52-2500	● ●	ねもとクリニック	☎52-8777	● ●	わたなべ内科医院	☎74-7333	● ●
京内科クリニック	☎52-1315	● ●	のしろ眼科クリニック	☎89-1116	● ●	〈山本郡内〉		
工藤泌尿器科医院	☎54-9055	● —	能代厚生医療センター	☎52-3111	● ●	鹿渡内科医院	☎87-3030	● ●
後藤内科医院	☎55-0500	● ●	鶴形診療所	☎58-3211	● ●	クリニック蒼きもり	☎74-5885	● ●
さいとう医院	☎52-5131	● ●	富根診療所	☎75-2222	● ●	佐藤医院	☎83-2326	● ●
佐々木医院	☎52-3629	● —	檜山診療所	☎58-4100	● ●	ドラゴンクリニック	☎85-4666	● ●
さとう眼科	☎54-1854	● ●	能代循環器・呼吸器内科	☎52-7890	● ●	森岳温泉病院	☎83-5111	● ●
白坂内科胃腸科医院	☎54-6624	● ●	能代病院	☎52-6331	● ●	柳谷内科クリニック	☎85-2117	● ●
信クリニック皮心科・形成外科	☎88-8006	● ●	能代南内科内視鏡クリニック	☎54-9011	● ●	八峰町ハタハタの町診療所	☎70-4550	● ●
瀬川医院	☎54-3322	● ●	能代山本医師会病院	☎58-3311	● ●	予約の可否や費用、実施期間などは各医療機関にお問い合わせください。		
関医院	☎73-2811	● ●	平野医院	☎54-3181	● ●			