



インフルエンザ  
対策

京都府丹後保健所 HP バナー

No.28

# インフルエンザ NEWS

編集／発行 **京都府丹後保健所**  
(丹後広域振興局健康福祉部)  
保健室 感染症・難病担当  
〒627-8570 京丹後市峰山町丹波 855  
TEL.0772-62-4312 FAX.0772-62-4368  
www.pref.kyoto.jp/tango/ho-tango

丹後保健所

### もくじ

- ・ インフルエンザ対策を始めましょう …… ①
- ・ ワクチン接種をしましょう …… ①
- ・ 予防三原則、受診のタイミング …… ②
- ・ 異常行動・解熱剤について …… ②
- ・ 出席停止期間について …… ②

### \*\*\* インフルエンザ対策を始めましょう \*\*\*

厚生労働省は、11月9日付で今冬のインフルエンザ総合対策を発表し、地方自治体や関係団体に広く予防対策の徹底を呼びかけています。

インフルエンザは毎年冬季に流行を繰り返す国内最大の感染症の一つであり、また近年は学校や高齢者施設における集団感染、高齢者の死亡等の問題が指摘されています。

裏面の予防3原則を参考に、一人ひとりが「インフルエンザにかからない、うつさない」よう、家庭や職場でインフルエンザ対策に努めていきましょう。

### 年齢別のインフルエンザワクチン接種方法

対象年齢	接種量	接種間隔	接種回数
6ヵ月未満	適応なし	適応なし	適応なし
6ヵ月～1歳未満	0.25ml	およそ 2～4週間隔	2回
1～3歳未満			
3～6歳未満			
6～13歳未満	0.5ml		1回または2回
13歳～			

インフルエンザウイルスは少しずつ変異しているから、今年もワクチンを接種してね



ソナウレ君

**ワクチンは毎年、流行前に接種しましょう！**

10月

11月

12月

1月

2月

3月

4月

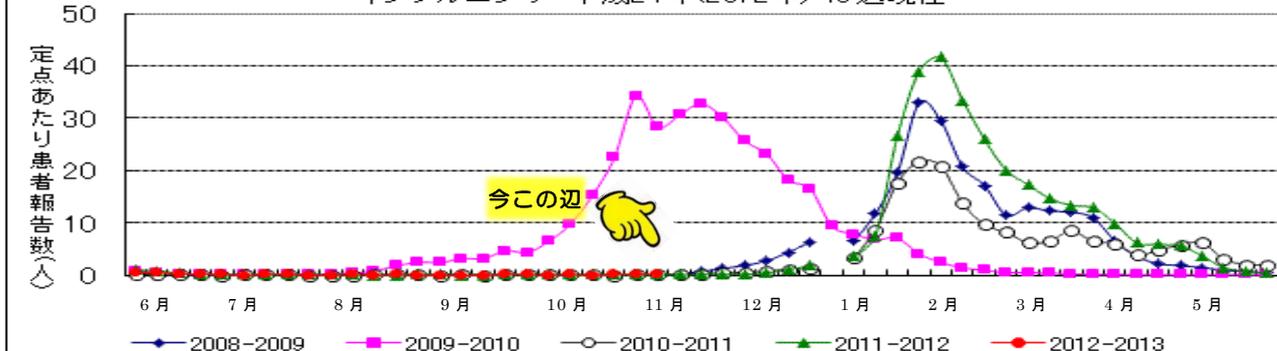
← 予防接種期間 →

インフルエンザ流行期  
(12月下旬～3月上旬)

← ワクチン有効期間(接種後約2週間～約5カ月間) →

その理由は...  
免疫を獲得するまでに約2週間かかるからです

京都府感染症発生動向調査 最近5年間の推移  
インフルエンザ 平成24年(2012年)45週現在



### 公費負担について

- ◆ 65歳以上、又は60～64歳で一定の障害がある方は補助制度があります→市町と契約した医療機関での接種になります
- ◆ 非課税・生活保護世帯の方は自己負担が免除される場合があります→事前に市役所等で手続きをして下さい
- ◆ 市町によって接種時期や費用などが異なりますので、まず、市役所、役場にご確認下さい

● 問い合わせ先 ●  
 宮津市保健センター 0772-22-7273 伊根町保健センター 0772-32-3031  
 京丹後市健康推進課 0772-69-0350 与謝野町保健課 0772-43-1514

# 予防3原則

## マスク

- 鼻からアゴまでをおおい、なるべく隙間を作らない
- 原則、1日一枚の使い捨て
- マスクの表面に触れないよう、ヒモを持ってはすず
- 蓋付きゴミ箱かビニール袋に密封して捨てる
- 捨てた後は手を洗う

●ポイントは

## 咳エチケット

「うつらない」「うつさない」

## うがい

- まず、フクフクうがいで口の中の汚れを取る
- 次に、ガラガラうがいで喉の奥を洗うように
- 3回以上行う

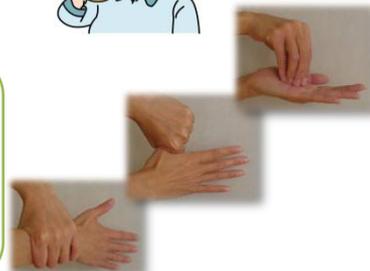
フクフク

ガラガラ



## 手洗い

- まず、流水で軽く洗う
- 石けんをよく泡立て手のひら、手の甲、指先、爪の間、指と指の間、親指、手首をしっかりと洗う
- 流水で念入りに洗い流す
- 使い捨てペーパータオルや清潔なタオルでしっかりと乾燥させる



## その症状、インフルエンザかも!?

二つ以上に当てはまる場合は、インフルエンザの可能性が高いので、発症から遅くとも2日以内に受診しましょう

受診のタイミング

## CHECK

- 周りでインフルエンザが流行っている
- 急な発熱で38℃以上出ている
- 悪寒がする
- 全身の倦怠感がある
- 頭痛や関節痛、筋肉痛がある

## インフルエンザと異常行動

異常行動は、抗ウイルス薬の処方の有無にかかわらず、インフルエンザ患者の発生状況とほぼ同様に一定の確率で発生しています。重度の異常行動として、「突然走り出す」、「飛び降り」、「その他、予期できない行動であって、制止しなければ生命に影響がおよぶ可能性のある行動」が挙げられます。過去5シーズンのデータでは、20歳までの子供に、発熱後2日目の発生が多く、男性が4分の3を占めました。少なくとも2日間は小児、未成年が一人にならないよう注意しましょう。

## 解熱剤について

一般的に、発熱はウイルスの活動を抑え、体の免疫反応を活発にさせるための症状であるため、むやみに解熱剤を用いることは好ましいこととは言えません。また、インフルエンザで小児への解熱剤の投与は、インフルエンザ脳症を重くしたり、ライ症候群を引き起こすきっかけになることから使用が禁止されている薬剤があります。医療機関ではこれらの解熱剤はほとんど処方されることはありませんが、一部、市販の総合感冒薬に含まれる場合がありますので注意が必要です。

## インフルエンザの出席停止期間が24年度から変更されました

小中高生や大学生

「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日間」

幼稚園・保育園児

「発症後5日を経過し、かつ解熱後3日間」



ソナウレ君

最近、効果の強いインフルエンザ薬が開発されて、ウイルスが体内に残っていても解熱する例が増えたからだね