

新型しんがたコロナウイルス感染症かんせんしょうとともに インフルエンザきにも気をつけましょう



インフルエンザが流行りゅうこうする季節きせつです

インフルエンザは、インフルエンザウイルスが体内たいないに入り込むことによって起こります。インフルエンザウイルスにはA型、B型などの型かたがあり、その年としによって流行りゅうこうする型かたが違います。A型とB型の感染力かんせんりょくはとても強く、日本にほんでは毎年約1千万人まいとしやくせんまんにん、およそ10人に1人が感染かんせんしています。

新型コロナウイルス感染症かんせんしょうが流行りゅうこうしていた昨年さくねんは、インフルエンザはほとんど発生はっせいしませんでした。今年ことしは流行りゅうこうするかもしれません。インフルエンザにも気きをつけて、予防よぼうしましょう。

インフルエンザの予防よぼう法ほう

流行りゅうこうを防ふせぐためには、ウイルスを体内たいないに侵入しんにゅうさせないことや、周囲しゅういにうつさないようにすることが重要じゅうようです。一人一人が「かからない」「うつさない」対策たいさくを実践じっせんしましょう。

- ✓ 手洗い・手指消毒てあら　しゅししょうどく
- ✓ 咳エチケットせき
- ✓ マスク
- ✓ 室内しつないの換気かんき
- ✓ 栄養えいよう・睡眠すいみんをしっかりとる など



▶ インフルエンザワクチンについて

インフルエンザワクチンには、インフルエンザの発症はっしょうを予防よぼうしたり、発症はっしょう後の重症化じゅうじょうかや死亡しぼうを防ふせいだりすることに一定いっていの効果こうかがあります。

- ・日本にほんでは、インフルエンザは例年1月末～3月上旬じゅうごうに流行りゅうこうのピークを迎えるので、12月中旬ちゅうしんまでにワクチン接種せつしゅを終おえることが望のぞましいとされています。
- ・流行りゅうこうするウイルスの型かたが変わるので、毎年接種せつしゅすることがよいとされています。
- ・13歳以上さいじゅうさんの人は1回接種かいせつしゅ、生後6か月から13歳未満さいまの人は2回接種かいせつしゅします。
- ・費用ひようは原則自己負担じこひたんですが、区市町村くしちんじょうにより補助ほすけがある場合もあるので、お住まいの自治体じむたい等に相談さうだんしましょう。

接種せつしゅのスケジュール等は裏面うらめんも見てね

発熱はつねつなどの症状しょうじょうが見られたら…

「発熱外来はつねつがいらいを実施じっししている医療機関いりょうきかんの一覧いちらん(福祉保健局 H P)」や自治体じちたい、医師会いしかいの H P も活用かつよう

かかりつけ医いがいない場合ばあい、土日どにちや夜間やかん等とうかかりつけ医いが休診きゅうしんの場合ばあい

電話相談でんわさうだん

電話相談でんわさうだん

■ **かかりつけ医**
■ **地域の身近な医療機関**

地域の身近な医療機関を案内

■ **東京都発熱相談センター**
03-5320-4592 ※24時間対応 (土日祝含む)
症状や患者との接触歴等の聞き取りを行います

医師や発熱相談センターの助言にに応じて、医療機関等を受診し、検査を受けましょう

いざというときかかる医療機関をメモしておこう！

医療機関名：

連絡先等：

しんがた

かんせんしょう

新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種会場は、

せつしゅかいじょう

お住まいの区市町村接種相談窓口・ホームページで確認しましょう

①接種券が自宅に届く

②会場を確認・予約

③ワクチン1回目

④ワクチン2回目



この間は
3~4週間



- 12歳以上の人に、区市町村から接種券が届きます。
- 保護者の方と相談します。

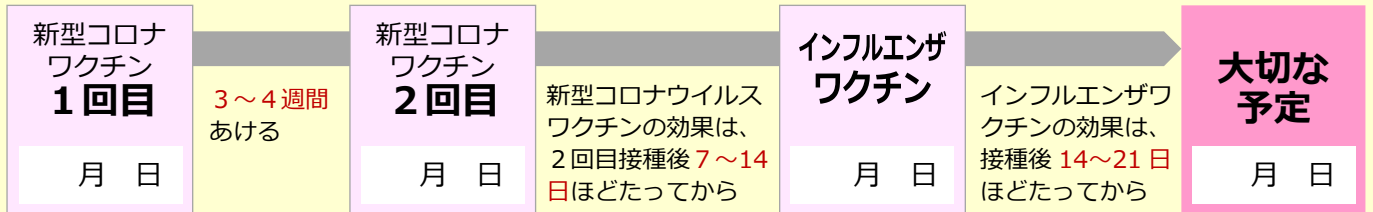
- 会場を確認し、接種の予約をします。
- 接種は無料です。

- 16歳未満の人は、原則として保護者の同伴が必要です。ただし、中学生は、会場によって、予約で保護者の同意が確認できる場合は、保護者が同伴しなくても接種できる場合があるので、事前に確認しましょう。



ワクチン接種は計画的に

試験や面接など大切な予定がある人は、余裕をもってワクチン接種を進めましょう。インフルエンザワクチンなど、他のワクチンとは2週間以上の間隔をあげましょう。

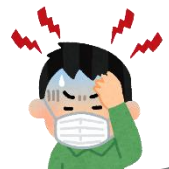


ワクチンを接種すると、免疫を付けるための反応を起こすので、体の具合が悪くなることがあります。これを「副反応」といいます。新型コロナウイルスワクチンの場合、1回目よりも2回目の方が副反応が起こりやすく、接種後1~2日後に起こることもあります。副反応の多くは3日以内によくなりますが、副反応がとても強い場合や、なかなか回復しない場合は病院で医師に相談してください。

また、接種後1週間ほどたってから、ワクチンを打ったところが赤くはれることがありますが、数日で自然に治ります。

主な副反応

- ワクチンを打ったところが痛い
- だるい（動きたくない）
- 頭が痛い
- 体が痛い
- 発熱 など



新型コロナウイルスワクチンについてもっと詳しく知りたい人は…

- ▶ 厚生労働省 新型コロナウイルスワクチンQ & A
- ▶ 東京都 新型コロナウイルスワクチン接種ポータルサイト

接種会場や接種方法を知りたい人は…

- ▶ 厚生労働省 コロナワクチンナビ

