

朝晩、肌寒い季節となっていました。通いの場では、日中気温が上がってくると外へ散歩に出かけることもありますので、できるだけ暖かい服装でお越しください。

※インフルエンザ予防接種の時期となりました。裏面に厚生労働省から出ているリーフレットを載せましたのでご確認ください。重症化を予防するためにも、できるだけ接種されることをお勧めします。なお接種後は、連絡帳にてお知らせください。

いきいき

NO.64 令和3年11月 だより

あわら複合ケアサービス

TEL:0776-77-2282

直通:080-4361-4507

住所:あわら市二面2丁目 302 番地

ホームページ:www.naruza.jp/

紅白に分かれて、運動会をしました。

玉入れやペットボトル倒しなど、勝負となると皆さん真剣な表情で、
気合が違います！！

最後はメダルをかけてもらい、笑顔になりました。



理念
目標

★あわら複合ケアサービスの精神★

私たちはいつもあなたのそばにいます

- ① 自宅での介護を希望されるご家族様を応援します
- ② 日常生活でできる活動を通して筋力低下を防ぎ、脳の活性化を図ります
- ③ 地域に密着したサービスを提供します



高齢者のインフルエンザは重症化することがあります。

流行する前のワクチン接種などが有効です。

インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染して起きます。38℃以上の発熱、頭痛や咽頭・喉嚨など全身の症状が悪化に繋れ、高齢の方や種々の慢性疾患を持つ方は肺炎を伴うなど重症化することがあります。

インフルエンザを予防する有効な方法

① 流行前のワクチン接種が有効です

ワクチン接種を受けた高齢者は、死亡の危険が1/5に、入院の危険が約1/3から1/2にまで減少することが期待できるとされています。現行ワクチンの安全性はさわめて高いと評価されています。



② 手洗いやアルコール製剤による手指衛生も有効です

手洗いで付着したウイルスを洗い落とすことや、アルコール製剤による手部の消毒もインフルエンザウイルスに対して有効です。



③ 感染を広げないために“咳エチケット”を心がけてください

インフルエンザは、主に、咳やくしゃみの際に口から発生する小さな水滴(飛沫)によって感染します(飛沫感染)。普段から咳エチケット(①他の人に向けて咳やくしゃみしない、②咳やくしゃみが出るときはマスクをする、③手のひらで咳やくしゃみを止めたら手を洗うことなど)を心がけてください。

インフルエンザワクチン接種による副作用

インフルエンザワクチンは自治体により実施期間や費用が異なります。詳細や要領可能な医療機関などについては、お住まいの市区町村などにお問い合わせください。



インフルエンザワクチンによる副作用

インフルエンザワクチンは、ウイルスの活性を失わせて、免疫をつくるのに必要な成分を取り出し、純原性を保った「不活化ワクチン」です。接種によってインフルエンザを発症することはありません。比較的多く見られる副作用は、接種部位の発赤や腫れ、痛みなどで、通常は2~3日でなくなります。一方で、まれに重い副作用の報告がありますので、気になる症状がある場合は医師に相談してください。

予防接種健康被害救済制度について

定期の予防接種による副作用のために、医療機関で治療が必要な場合(健康被害)は、法律に定められた制度(健康被害救済制度)があります。制度の利用を申請ごもりは、お住まいの市区町村にご相談ください(制度を利用するためには、一定の条件があります)。詳細は、厚生労働省HPをごらんください。「予防接種 救済制度で検索」できます。

インフルエンザは例年12月から3月にかけて流行します。ワクチンは重症化の予防効果が認められています。

予防接種法に基づく定期のインフルエンザ予防接種の対象
インフルエンザにかかると重症化しやすく、特に接種の意義が大きい以下の方は定期の予防接種の対象となっています。予防接種を希望する方は、かかりつけの医師とご相談ください。

- 65歳以上の方。
- 60~64歳で、心臓や腎臓、呼吸器の機能に障害があり身の回りの生活を極度に制限される方。
- 60~64歳で、ヒト型多型ウイルスによる免疫の脆弱性に障害があり日常生活がほとんど不可能な方。

医療機関名

詳細については、
お住まいの市区町村に
お問い合わせください。