

包括支援センターより かからない・うつさない



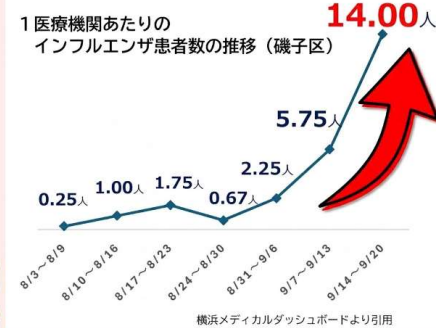
例年10月頃より流行しはじめる「インフルエンザ（主にA型・B型）」ですが、今年はすでに流行期に入っています。子どもや高齢者、糖尿病等のご持病をお持ちの方は、脳炎や肺炎等の合併症リスクが高まるため、インフルエンザに「かからない」ための予防法に加え、発症時の適切な対応、そして流行拡大を防ぐため他者に「うつさない」ための行動が重要です！

今年の流行の特徴

- ①流行が1か月半も早い！
- ②急性呼吸器感染症（インフルエンザ含む）も流行中
- ③子どもも大人も世代を問わず流行

磯子区内では、新型コロナウイルス、RSウイルス感染症等が同時に流行しています。また、子どもや働き世代を含む大人の患者も増えており、幅広い世代の流行により、流行拡大・長期化する可能性があります！

※急性呼吸器感染症（ARI）とは、急性の上気道炎（鼻炎、中耳炎、副鼻腔炎、咽頭・喉頭炎等）、下気道炎（気管支炎、細気管支炎、肺炎）等の症状を示す症候群の総称です。



インフルエンザを防ぐには・・・

効果的な予防法

予防接種、手洗い、マスク着用、換気、十分な栄養と休息

他者に「うつさない」ための配慮

咳エチケットの徹底、症状がある時や発熱後48時間以内は無理をせず、外出や人との接触を控えましょう。



症状



予防接種・治療について

予防接種は主治医（かかりつけ医）に相談しましょう

ご持病やアレルギー等の体質によっては予防接種できない場合あり。

発熱や症状出現時の受診は、事前に電話で相談しましょう

抗インフルエンザウイルス薬は、発症からできるだけ早期に投与することで、症状緩和や合併症リスクの軽減が期待できます。特に高齢者や糖尿病等のご持病をお持ちの方は、合併症リスクが高まるため、注意が必要です。

横浜市 医療局ウェブサイト

インフルエンザ予防接種に関する情報が掲載されています。



横浜市 高齢者インフル 検索

監修

澁谷泰弘 医師

渋谷医院 副院長
新杉田地域ケアプラザ協力医



全3回のシニアライフ講座

実り豊かな老後のために

シニアライフを支える重要な3つのテーマを、分かりやすく解説します！
気になるテーマだけ、1回のみの参加も大歓迎です

①11/14（土）13：30～15：00

「相続・遺言講座」 講師：神奈川県司法書士会横浜中支部

※講座終了後（15:00～15:30）に無料の相談会を実施いたします！

②11/28（土）13：30～15：00

「自分らしく生きるための人生会議」

③12/12（土）13：30～15：00

「介護保険のじょうずな使い方」



参加無料！

会場：新杉田地域ケアプラザ 3階 多目的ホール

定員各回：先着30名（要事前申し込み）

申込・お問合せ先：045-771-3332（担当：島村・久世）

申込方法：お電話、もしくは窓口にて「ご希望の回（第○回のみ、または全回）」をお伝えください。住所、氏名、年代、お電話番号をお伺いいたします。

テーマに関心のある方どなたでも（ご家族の方、若い方の参加も大歓迎です♪）

ご参加お待ちしております！

認知症サポーター養成講座を開催します

認知症は誰もがなる可能性があります。
講座を通して認知症の理解を深めてみませんか。



日時 10月31日（土） 13:30～15:00

会場 新杉田地域ケアプラザ 3階 多目的ホール

申込 10月1日～ お電話または窓口

対象 どなたでも サポーターとして活躍して下さる方大歓迎です

045-771-3332 連絡お待ちしております
担当：井上・島村