

秋冬の感染症に注意

新居浜市健康づくり推進本部
保健センター ☎ 35-1070

空気が乾燥し、気温が低くなる秋冬は、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などの呼吸器感染症が流行します。他の人につさないためには、日頃からの感染対策が重要です。

感染対策 感染症にかからない・拡大させないために、次の6つに取り組みましょう。

①手をきれいにする

厚生労働省「正しい手洗い方」参照



②不織布マスクを着用する

厚生労働省「正しいマスクのつけ方」参照



③定期的に換気を行う

内閣官房「効果的な換気のポイント」参照



④タオルの共有を避ける

手や顔を拭くタオルは普段から家族ごとに分けておく。

⑤予防接種を受ける

高齢者や基礎疾患を持っている人は、発症と重症化を予防するために接種を検討する。

⑥免疫力を高める

十分な睡眠とバランスの良い食事、適度な運動で免疫力の低下を予防する。

高齢者インフルエンザと高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種のお知らせ

	高齢者インフルエンザ	高齢者新型コロナウイルス感染症
対象者	①接種当日 65 歳以上の市民 ②接種当日 60 歳以上 65 歳未満の市民で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳 1 級を持っている人	
日程	10 月 1 日(火)～ 12 月 31 日(火)	10 月 1 日(火)～令和 7 年 3 月 31 日(月)
実施場所	市内および県内の委託医療機関（事前予約が必要な医療機関も有り）	
接種回数	実施期間中に 1 回	
持参物	健康保険証または後期高齢者医療保険者証（対象者②の人は身体障害者手帳、生活保護世帯は生活保護受給者証明書が必要）	
料金	1,500 円（生活保護世帯は無料）	3,000 円（生活保護世帯は無料）

- ※高齢者インフルエンザワクチンと高齢者新型コロナワクチンは同時接種が可能です。
- ※接種券の個別郵送はありません。
- ※コールセンターおよび Web 予約はありません。直接医療機関で予約してください。
- ※詳細は、市内委託医療機関でお渡しする「高齢者インフルエンザ予防接種のご案内」「高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種のご案内」または HP をご覧ください。
- ※対象者以外は任意接種です。直接医療機関へ確認してください。
- ※予防接種による健康被害が生じ、当該予防接種との因果関係があると厚生労働大臣が認定した場合、予防接種法に基づく救済（医療費・障害年金などの給付）を受けることができます。詳細は HP をご覧ください。



インフルエンザ



新型コロナウイルス



健康被害について

医療従事者にインタビュー

Q 1 風邪症状が出たときに感染拡大を防ぐには？

症状が出たときは感染対策を徹底し、他の人にうつさないように気を付けましょう。また、風邪症状だけでなく、ぜんそくやめまい、吐き気、嘔吐、下痢、味覚・嗅覚障害などでも要注意です。会食などは、感染が拡大しやすい場面のため、参加を見合わせることも大切です。

Q 2 医療機関を受診するときの注意点は？

- ①かかりつけ医などの身近な医療機関に電話相談し、案内に従いましょう。
- ②体温や症状、感染者との接触の有無などをお伝えください。
- ③受診時は必ず、不織布マスクを着用しましょう。



インフルエンザと新型コロナウイルス感染症は、5類感染症に位置付けられていますが、これは決して軽微な感染症ではなく、重症化の可能性があります。発生や拡大を防止すべき感染症です。自分自身と、家族や友人など大切な人を守るために、日頃から正しい感染対策を行いましょう。

医療法人住友別子病院 感染対策室
藤井克匡 感染管理認定看護師

♥ 出張健康相談

保健師などの専門職が地域に出向き、相談に応じます。

日 10月21日(月) 10:00～11:30

場 ローソン新居浜大生院廣坪店駐車場

料 無料

問 健康政策課

☎ 65-1586

詳細はこちら



♥ 若い世代向け料理教室 ほっこり Kitchen 参加者募集

初心者、単身者大歓迎の料理教室です。日頃の食生活を振り返り、みんなで美味しい料理を作りませんか？

対 19～40歳の市民

日 10月25日(金)、11月22日(金)、12月13日(金) 18:30～20:30 (希望日のみの参加可能)

場 保健センター

定 各回20人程度 **料** 無料

申 電話、メール、専用フォームから申し込み

問 保健センター **☎** 35-1070

✉ kenkou@city.niihama.lg.jp



専用フォームはこちら

～各種事業について～



集団健診



集団健診
WEB 予約



後期高齢者
健康診査



成人歯周病
検診



市公式
クックパッド



ローソルト+
ベジチェックの日



PPK 体操



こころの相談

健康づくり推進本部 HP
はこちら

