

# インフルエンザの 予防接種を受けましょう

インフルエンザは毎年12月～3月頃に流行します。感染すると、高熱など様々な症状があらわれます。感染を予防するためには、流行前にワクチンの接種を受けることが最も効果的です。

## 市立稚内病院

◎高齢者等の方は、市健康づくり課から送付される予約票をお持ちください。(下段をご覧ください。)

▼料金／  
1回目：4170円  
2回目：3100円

◎初回時の接種年齢が13歳未満の方は、2～4週間後を目安に2回目の接種が必要です。

▼高校生以上64歳以下の方  
接種場所／  
内科またはかかりつけの診療科(妊婦の方は産婦人科)

▼予防接種法に基づく定期接種対象者(65歳以上または、60歳から65歳未満の慢性高度心臓・腎臓・呼吸器機能不全者等)

接種場所／  
内科またはかかりつけの診療科

接種日時／  
10月15日(金) から令和4年1月31日(月) までの各診療科の診療時間内  
【助成対象の接種期間内】

受付方法／  
予約制ではありません。受付時間内に自動再来機で受け付けるか、1階医事課窓口にお越しください。

## 市立稚内こまどり病院

または1階医事課窓口で確認ください。)

▼料金／  
1回：4170円

◎待合室の密を防ぐため時間内に来院してください。

▼接種日／  
10月11日(月) から電話予約を開始します。

▼受付時間／  
12時～16時30分(土日・祝日を除く)

◎代表電話から繋ぐことはできません。

◎2回接種が必要な方は、2回目の予約日も決めてから電話してください。

▼問い合わせ／  
市立稚内病院医事課医事グループ  
☎23・2771

▼問い合わせ／  
市立稚内こまどり病院  
☎23・2300

# 65歳以上の皆さんへ インフルエンザ予防接種費用を 助成します

高齢者の方がインフルエンザに感染すると、重症化するおそれがあります。感染を予防するためにも、日ごろの感染対策のほか、流行前に予防接種を受けましょう。

市では、高齢者等のインフルエンザ予防接種費用を一部助成しています。対象となる方に予約票を送付していますので、かかりつけ医などで予防接種を受けてください。

### 対象者

本市に住民登録をしている方で、次のいずれかに該当する方

- ①接種当日において、満65歳以上の方
- ②心臓・腎臓・呼吸器の機能の障がい及びヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい、身体障がい者1級に認定されている、接種当日において満60歳から満64歳の方

### 申し込み

今年度は、市健康づくり課への申し込みは必要ありません。

助成対象の接種期間／  
10月15日(金) から  
令和4年1月31日(月)

接種回数／  
1回  
自己負担額／  
1500円

※生活保護受給の方は、自己負担はありません。生活保護受給証を医療機関に提示してください。

◎接種の日程や予約の有無は、医療機関ごとに異なります。

◎助成対象期間中に対象年齢に達する方で、接種を希望する方は、問い合わせください。

◎予約票が届かない場合は、ご連絡ください。

問い合わせ／  
市健康づくり課庶務・予防グループ  
☎23・4000

利用できる医療機関		
市立稚内病院 ☎23-2771	クリニック森の風 ☎34-6565	南稚内クリニック ☎24-5500
市立稚内こまどり病院 ☎23-2300	こどもクリニック はぐ ☎34-8989	わかない耳鼻咽喉科 ☎73-0881
えきまえ診療所 ☎73-6660	道北勤医協宗谷医院 ☎24-1117	稚内禎心会病院 ☎29-4311

## インフルエンザ予防のポイント

- こまめな手洗い**  
帰宅時や調理の前後、食事前にはしっかり手を洗いましょう。アルコール殺菌も効果的。
- 日常的な健康管理**  
十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけましょう。
- 予防接種を受ける**  
インフルエンザが発症する可能性を減らし、症状が重くなるのを防ぐ効果もあります。
- 乾燥に気を付ける**  
空気が乾燥すると、のどの防御機能が低下します。適切な湿度(50%～60%)を保つことが効果的です。
- 人ごみへの外出を控える**  
人が多い場所への外出を控えましょう。