

65歳以上の方へ 10月1日から始まります!

## 高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ

インフルエンザの予防接種は、自らの意思と責任で接種を受ける予防接種です。以下の対象者で、期間内に接種を希望する場合は、費用の一部を助成します。 予防接種を受ける前に、医師から十分に説明を聞き、必要性や副反応等についてよく理解・納得した上で接種を受けてください。

※ 個別の通知や予診票送付はありません。

対象者 (西原町に住所があり、 ① ②のいずれかに 当てはまる方)	① 65歳以上の方 ② 60歳以上65歳未満の方であって、心臓、じん臓又は呼吸器の機能に日常生活活動が極度に制限される程度の障害のある方や、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害のある方。 (上記②については、身体障害者手帳1級程度の方)
実施期間	令和4年10月1日～令和5年2月28日まで
実施場所	指定医療機関(※事前に予約が必要な場合があります)
自己負担額	1,000円(町助成額 約4,000円) ※生活保護受給の方は無料。
接種に必要な物	①本人確認ができるもの(健康保険証や運転免許証等)、 ②健康手帳など、接種の記録ができる物 ・生活保護を受給されている方 ⇒「被保護証明書」を提示 ・対象者の②に該当する方 ⇒「身体障害者手帳」を提示 ※予診票は各医療機関に準備されているものをお使いください。

西原町内の指定医療機関(掲載以外の指定医療機関については、お問い合わせください。)

	病院名	電話	備考
1	あ い わ ク リ ニ ッ ク	946-5558	※要予約
2	アドベンチストメディカルセンター	946-2833	※要予約
3	い ち ょ う 内 科 あ し と み	944-4444	※人数制限有
4	こ こ ろ 耳 鼻 咽 喉 科	988-3363	※要予約
5	S A K U 整 形 ク リ ニ ッ ク	882-0001	
6	し ら か わ 内 科	944-3550	
7	城 間 医 院	945-4551	※要予約
8	し ん ざ と 内 科	946-5500	
9	貴 ク リ ニ ッ ク	917-5311	※要予約
10	と う ま 内 科	946-3799	
11	ハ ー ト ラ イ フ ク リ ニ ッ ク	882-0810	
12	ゆ い ゆ い 内 科 ク リ ニ ッ ク	946-0055	※要予約

お問い合わせ 健康保険課 保健予防係 ☎098-911-9163

日頃の感謝を込めて  
**外壁塗装・屋根防水工事** 毎月先着**5名様**  
をご契約された方

**無料見積!!** **無料相談!!** **高圧洗浄 無料**

**塗装・防水・外構**  
リフォーム工事の専門店!

～真心込めて～  
**ちゅららペイント**

TEL.098-945-7170  
西原町字兼久 261-2  
ちゅらら工房 株式会社

一級塗装技能士  
一級建築士

一級塗装技能士・一級ウレタン防水技能士・建築士のいるリフォーム店!

《西原町給水工事指定店》

台所・浴室・トイレ  
水廻りのリフォーム

水道管取替え工事  
お見積り無料!!

**サンリフォーム沖縄**  
西原町字内間111-2  
TEL.882-9155

サンエー 西原シティ ● 小那覇交差点 ● 内間交差点 ●  
←与那原 250m 中城→  
★ココ ローソン

お気軽に  
お電話下さい。

☎0120-882-916

## 健康だより

### インフルエンザを予防しよう

毎年、秋から冬にかけては、インフルエンザの流行シーズンです。新型コロナウイルス感染症とインフルエンザは症状が似ており、予防方法も変わらないので、引き続き、感染症対策の徹底をお願いします。

#### 感染を予防する4つのポイント

##### ポイント1: 予防接種を受ける

インフルエンザに罹った場合、多くの方は1週間程度で回復しますが、中には重症化してしまう方もいます。インフルエンザワクチンを接種する最も大きな効果として、重症化を予防することが期待できます。

※インフルエンザワクチンと新型コロナウイルスワクチンは同時接種が可能です。



##### ポイント2: 外出後の手洗い

手洗いは手指などについたウイルスを除去するための有効な方法であり、接触感染や飛沫感染などを感染経路とする感染症の対策の基本です。アルコール製剤による手指消毒も効果があります。

##### ポイント3: 人混みや繁華街への外出を控える

流行時には、特に高齢者、基礎疾患のある方、妊婦、体調の悪い方、睡眠不足の方は人混みや繁華街への外出を控えましょう。やむを得ず外出して人混みに入る可能性がある場合には、マスクの着用など感染対策を徹底しましょう。

##### ポイント4: 十分な休養とバランスのとれた食事

インフルエンザは免疫力が弱っていると、感染しやすくなりますし、感染したときに症状が重くなってしまうおそれがあります。普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。



##### ポイント5: 適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、のどの防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。特にこれから乾燥しやすくなるので、加湿器などを使って適切な湿度(50~60%)を保つことも効果的です。

お問い合わせ 健康保険課 保健予防係 098-911-9163

#### 40歳以上国保加入者限定! 先着30名! ハートライフクリニックで日曜特定健診を実施します!

日 時	令和4年10月23日 日曜日
場 所	ハートライフクリニック(西原町字掛保久288番地)
受付時間	午前8:30~9:30
自己負担額	(40歳以上)無料
持参するもの	保険証一体型受診券
予約申し込み先	西原町役場 健康保険課(電話番号:098-911-9163) *予約受付時間8:30~12:00、13:00~17:15

#### 注意点

- ・当日は朝食抜き(前日夕食も21時までに済ませる)でご来院してください。
- ・健診(診察もあり)を受けやすい服装(軽装)でご来院ください。
- ・「特定健診のみ」の実施となります。がん検診の実施はありませんのでご了承ください。
- ・マスク着用でご来院ください。
- ・コロナ感染者数の増加など、感染者数の増加など、感染状況により開催「中止」とする場合もございます。予め、ご了承ください。

医療法人  
和み会

## 城間医院

西原中学校向かい  
電話:(098)945-4551

内科

胃・大腸カメラ  
生活習慣病 など

心療内科

心の不調  
睡眠障害 など