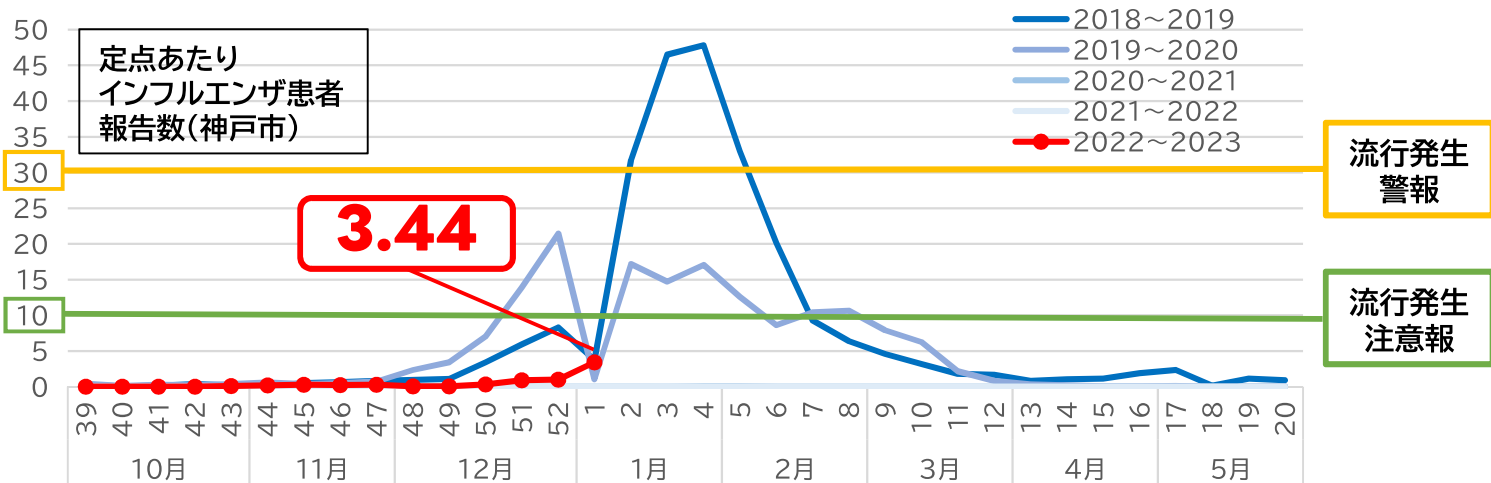


インフルエンザ流行期に入りました

神戸市内のインフルエンザの定点あたりの報告数が、3.44となり流行期の目安（1.0）を上回り、神戸市では3年ぶりの流行シーズン入りとなりました。インフルエンザは例年12月から3月にかけて流行するため、今後本格的なインフルエンザの流行が懸念されます。



■乳幼児や高齢者は要注意

インフルエンザウイルスへの抵抗力が低い、乳幼児や高齢者については重症化する可能性があるため、特に注意が必要です。また、周囲の人も感染予防し、乳幼児等に感染を広げないようにしましょう。

■感染しない・させないためにできること

①感染経路の遮断

インフルエンザの感染経路は、飛沫感染と接触感染です
「こまめな手洗い」と「咳エチケット」を意識しましょう

②インフルエンザワクチンの接種

ワクチンは重症化予防の効果が認められています。
新型コロナワクチンと併せて接種をご検討ください

③健康状態のセルフチェック

日頃から体温や健康状態のセルフチェックを行い、体調の異変に早期に気づけるようにしておきましょう

④体調が悪くなった時のための事前準備

発熱などの体調不良に備えて、新型コロナウィルスの検査キットや、解熱鎮痛剤、食糧等の備蓄をはやめに購入しておきましょう
また、合わせて電話相談窓口などの連絡先を確認しておきましょう



発熱等の症状が出たとき

■重症化リスクがある方（高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦、小学生以下の子ども）

⇒ **すみやかに発熱外来を受診** かかりつけ医がいる場合 ⇒かかりつけ医へ相談

- | | | | |
|---|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> 65歳以上である | <input type="checkbox"/> 喫煙歴がある | <input type="checkbox"/> 妊娠している | <input type="checkbox"/> 肥満 (BMI30以上) |
| <input type="checkbox"/> 糖尿病 | <input type="checkbox"/> がん | <input type="checkbox"/> 慢性腎臓病 | <input type="checkbox"/> 脳血管疾患 |
| <input type="checkbox"/> 慢性呼吸器疾患 (COPDなど) | <input type="checkbox"/> 慢性呼吸器疾患 (COPDなど) | <input type="checkbox"/> 慢性呼吸器疾患 (COPDなど) | <input type="checkbox"/> 慢性呼吸器疾患 (COPDなど) |
| <input type="checkbox"/> 高血圧 | <input type="checkbox"/> 脂質異常症 | <input type="checkbox"/> 心血管疾患 | <input type="checkbox"/> 免疫機能の低下の可能性がある |

■重症化リスクが低い方

⇒まずは**自身で新型コロナ抗原定性検査キット**で検査



医療用 一般用 研究用

※受診を迷った場合 **神戸市新型コロナウイルス専用健康相談窓口(078-322-6250)、#7119(救急要請相談)**等をご利用ください。

※検査キットの結果が陰性でも新型コロナやインフルエンザなどに感染している場合があります
感染拡大を防ぐため、体調不良が続くときは、感染予防対策のうえ、療養をお願いします