

接種期間
11月1日
から

インフルエンザ 予防接種実施について



平成29年度インフルエンザの予防接種を次のとおり実施いたします。

65歳以上の方で三好市に住民票がある方には、予診票と案内文書を10月末頃に発送します。次のことに留意して接種を受けてください。

なお、60歳以上65歳未満の方で、次の対象者に該当し、接種を希望する方は三好市保健センターに必ず申し込みのうえ、接種を受けてください。

- 【対象者】
- ① 65歳以上の方（接種期間内に65歳に達する方も誕生日以降は接種を受けられます）
 - ② 60歳から64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に重度の障害（身体障害者手帳1級相当）がある方

【接種期間】
11月1日（水）～12月20日（水）
この期間を過ぎますと、全額自己負担になります。

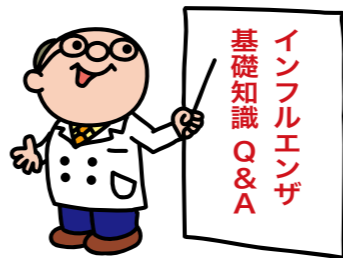
【接種回数】 1回

【接種場所】 三好市および東みよし町内の指定医療機関（県立三好病院で接種は受けられません）

【接種時に持参するもの】

- ・ 予診票
- ・ 健康保険証
- ・ 接種料金 1500円（生活保護世帯は無料です）

お問い合わせ先
三好市役所健康づくり課
（三好市保健センター内）
電話 72・6767



インフルエンザとは
どんな病気？

□ インフルエンザウイルス

の感染により、突然の高熱と全身のだるさ、筋肉痛などの全身症状が現れることが特徴です。

- 通常、高熱が数日持続し、1週間程度で回復します。
- 時には、合併症を伴い重症になることもあります。
- インフルエンザは、その年により流行の程度に差がありますが、通常、11月から12月に始まり、翌年の1月から3月ごろの間に増加します。

かからないためには
どうすればいいの

- インフルエンザ流行前に予防接種を受けることが、予防の基礎です。
- うがいや手洗いをしましょう。
- バランスのよい食事と、十分な休養をとり、疲労を避けましょう。
- 室内の換気を行い、適度な湿度を保ちましょう。
- 人込みや繁華街への外出を控えましょう。もし外出するときはマスクを着用すると良いでしょう。



かかったら
どのようにすればいいの

- 水分（お茶、ジュース、スープなど）を十分に補給しましょう。
- 安静にし、十分な休養を。学校や職場は休みましょう。
- 早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。
- 周りの方へうつさないために、マスクをつけましょう（咳エチケット）。外出を控えましょう。

守りましょう
咳エチケット



- せき・くしゃみの際はティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけ1m以上離れる。
- 鼻汁・痰などを含んだティッシュをすぐに蓋付きのごみ箱に捨てられる環境を整える。
- 咳をしている人にマスクの着用を促す。咳をしている場合、周りの方へうつさないために、マスクを着用する。
- マスクの使用は説明書を読んで、正しく着用する。

全国瞬時警報システムの
試験放送を行います

これは
テストです
こちらは防災
三好市です



地震や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。

この訓練は、全国の自治体でもさまざまな手段を用いて行われ、三好市ではIP告知端末を用いて行います。

緊急情報として伝達されるため、最大音量による放送となりますのでご注意ください。

【訓練日時】

平成29年11月14日（火）
11時00分頃

※気象・地震活動の状況などにより訓練を中止することがあります。

【放送内容】

最初にチャイムが流れます。
放送内容：①「これはテストです」（3回繰り返す）②続いて、「こちらは、防災三好市です」③最後にチャイムが流れます。

【お問い合わせ先】

三好市役所危機管理課
72・7625

三好病院市民公開講座

「知って得徳！糖尿病フェスタ in 三好」が開催されます。ぜひご参加ください。

「知って得徳！
糖尿病フェスタ in 三好」

【日時】

10月29日（日） 13時～15時30分

【場所】

池田総合体育館サブアリーナ

【プログラム】

□ 13時～三好病院や地域での取り組み

三好病院糖尿病対策チーム・三好保健所・管理栄養士 阿部航太郎先生

□ 13時20分～糖尿病とともにく体験談と患者会について

県中藍リボンの会 顧問 松本道代先生

□ 14時～基調講演「知っていますか糖尿病」

徳島県立中央病院 糖尿病・代謝内科部長 白神敦久先生



□ 15時10分～糖尿病予防体操

三好病院糖尿病対策チーム ※入場無料、事前申込不要、手話通訳あります。

【お問い合わせ先】

県立三好病院医学教育センター
72・1131

私たちの大切な 地域医療を守るために

住民・医療者・行政が一体となり、「地域医療」を守っていくため、様々な情報を発信します



医学生が
地域医療研修を体験！



8月17日～18日の2日間、夏期地域医療研修（徳島県主催）が実施されました。

この研修は、医師確保対策の一環として、医学生を対象に、地域医療の実態を直接体感し、将来の地域医療を担う人材育成・向上のために実施されています。県内では、那賀町・美馬市・三好市の3か所で行われ、1年生から4年生までの医学生6名が西祖谷山村診療所を拠点にして、地域医療の現場で研修しました。医学生たちは木下西祖谷山村診療所長のプログラムに沿って診療所での外来診療や検査をはじめ、グループホームでの研修、訪問診療や訪問介護などを体験しました。



また、医療だけを考えるのではなく、介護やお世話をする人たちとの交流を通じて、医学生たちは地域医療の現状や意義、役割について深く学んだことでしょう。数年後、地域医療を志す医師としてこの三好市に戻ってほしいと願っています。

□ 研修を終えた医学生の声

【質問1】三好市に研修に来て思ったこと、印象は？

【質問2】「医師になりたい」と思ったきっかけは？

【質問3】将来、どんな医師になりたいですか？

三城道太郎さん（徳島大学）

【質問1】自然豊かな場所に囲まれていてそれを生かした観光業に力を入れていると感じる。地域の方々も大らかで優しい。

【質問2】原因不明であったり根本的な治療法が確立していない難病に苦しんでいる患者さんの話をニュースで見ると、このような方々の苦痛を少しでも和らげることのできる療法を確立したいと思ったことです。

【質問3】地域の人々に頼りにされるような適切な判断を下すことのできる医師。

林 将暉さん（自治医科大学）

【質問1】自然豊かな中で地域住民の皆さんの心の温かさを感じた。自分の地元かのように落ち着きのある印象を受けた。

【質問2】小学4年生の時に祖父を「急性リンパ性白血病」で亡くしたことで人の命を救う医師という職業に関心を抱いたことがきっかけ。

【質問3】患者さんと積極的にコミュニケーションをとり、自分の診断に自信をもてるような医師になりたい。