



今年はとても暑い夏でしたね！最近、急に寒くなり、体調をくずしたり、風邪をひいてしまったりする季節がやってきました。今月は、インフルエンザの予防接種のお話です。お付き合いください！

## ★インフルエンザワクチンの効果的な接種時期はいつ？★

インフルエンザウイルスは毎年のように変異しながら流行を繰り返しています。これに対応するには、原則、毎年の予防接種が必要です。効果的な接種は、例年12月～3月にかけてインフルエンザが流行しますので、これに備えて、12月中旬までには予防接種して下さい。

## ★ワクチンの予防効果はどの位続くの？★

予防効果の持続は大きく個人差がありますが、接種後2週間～5ヶ月程度と考えられています。

そのため、毎年のワクチン接種が望まれます。



## ★接種回数は何回ですか？★

生後6ヶ月以上～13歳未満 : 2回  
(2～4週間隔で2回接種、4週間隔が最も効果的)

13歳以上 : 通常1回 (接種希望者や接種医の判断で2回行う場合もあります。)

65歳以上、基礎疾患を有する60～64歳 : 1回接種

となっています。

## ★インフルエンザの流行防止のために★

■咳エチケット : 咳が出るときはマスクをしましょう。

■こまめに、うがい、手洗いをしましょう。

しっかり体調を管理して、楽しく冬を乗り切りましょう！

