



いつから?何日くらい秋だったのか判らないうちに11月に入り、7日には木枯らし1号が吹き荒れ、グッと気温が下がりました。また、来週少し気温上昇があるようです。体調を崩さないようご注意ください。

少し早めに流行り始めたインフルエンザもこれから本格的なシーズンに突入します。すでにインフルエンザのワクチンを済ませている方もいらっしゃると思いますが、まだの方は年内には済ませることをお勧めします。

現行のインフルエンザワクチンは不活化ワクチン  
A型が2種類 B型が1種類 入っています

接種回数は 6ヶ月以上12歳 2回  
13歳以上15歳 1回あるいは2回  
16歳以上 1回  
接種間隔は 2~4週間開ける

**予防効果**は成人の接種でも

1回接種 **64%**  
2回接種 **94%**

という報告もあります

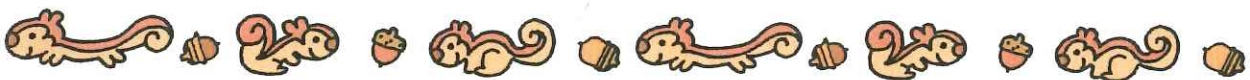
高齢者や基礎疾患のある方は2回接種をお勧めします

インフルエンザワクチンの抗体は接種後2週間で上昇。4週間程度でピークを迎えます。その後3ヶ月ほど抗体は在りますが徐々に減っていきます。この経過から、

**受験生**には2回接種をお勧めしています。

一般的はインフルエンザの流行は12月~3月なので  
受験日に合わせて2回の接種をお勧めします。

1回目 11月下旬~12月上旬  
2回目 12月下旬~1月上旬



## 予防接種以外の予防

- ① 飛沫感染を防ぐための マスクの着用
- ② 15~30秒かけて爪周囲・指の間・手首までしっかり手洗い
- ③ アルコール消毒 良く擦り込み、すぐに拭き取ったり、洗ったりしない

\* アルコールは揮発する際に消毒効果を発揮します