



# ファルマコム便り



朝夕の風に秋らしさを感じられるようになり、少しずつ過ごしやすくなってきました。  
食欲の秋、行楽の秋、読書の秋・・・旬のものを美味しく召し上がり、秋の気配を感じながら、  
ゆっくりとした時間を過ごすのもいいですね。  
季節の変わり目に体調を崩されないように、ご自愛くださいませ。

## 「インフルエンザ予防接種」を受けましょう！

もっとも確実な予防は、流行前にワクチン接種を受けることです。インフルエンザワクチンは、普通の風邪には効果はありませんが、インフルエンザに対する予防効果は90%と高い効果が認められています。予防接種を希望する方は、かかりつけの医師とご相談ください。

### 高齢者の予防接種・鹿児島市の制度



◎対象者：鹿児島市に住民登録のある方

①接種日時時点で65歳以上の人

②接種日時時点で60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害を有する人（内部障害1級相当）

◎自己負担額：1,500円（市委託医療機関において）

※生活保護受給者、市民税非課税世帯は自己負担なし

◎接種期間：令和元年10月1日～令和2年3月31日

◎接種奨励期間：令和元年10月1日～12月31日

（ワクチン接種の約2週間後から効果がはじめ、その後、5ヶ月間効果が持続するため）

## ⚠️ 高齢者のインフルエンザは重症化することがあります！

◎インフルエンザを予防する有効な方法

1. 流行前のワクチン接種・・・ワクチン接種を受けた高齢者は、死亡の危険が1/5に、入院の危険が約1/3から1/2まで減少することが期待できるとされています。
2. 手洗いやアルコール製剤による手指衛生・・・手洗いで付着したウイルスを洗い落とすことやアルコール製剤による手指の消毒もインフルエンザウイルスに対して有効です。
3. 感染を広げないために「咳エチケット」を心がける・・・普段から①他の人に向けて咳やくしゃみをしない②マスクをする③手のひらで咳やくしゃみを受け止めたら手を洗う等を心がける。

満月や いじわる雲に かくれんぼ (田代ツヤ様)

◎ファルマコムでも川柳を随時募集しています！お便りに掲載させていただきますので、担当ケアマネージャーにお問い合わせくださいませ。



ファルマコム(株)介護支援事業所

〒890-0066 鹿児島市真砂町84番19号

電話 099-258-1314

ホームページ <http://www.pharmacom.jp>

11月のこよみ

11/3 文化の日

11/4 振替休日

11/5 津波防災の日

11/8 立冬

11/11 介護の日

11/15 七五三

11/23 勤労感謝の日

8月末現在 利用者 180名 サービス提供事業所 156ヶ所

