

## 「インフルエンザ・肺炎球菌予防接種」について

高齢者のインフルエンザ・肺炎は重症化することがあります。  
流行前にワクチンを接種すれば、高い予防効果が期待できます。

### 《インフルエンザ予防接種》

- ・対象の方には、予防接種のお知らせが郵送されます。  
お知らせには、費用・注意事項・期間・実施医療機関など記載されています。  
予防接種を希望される方は、かかりつけ医師にご相談ください。
- ・インフルエンザ予防接種を受けた高齢者の方は、インフルエンザによる死亡・入院の危険性（罹患リスク）が減少することが期待できると報告されています。
- ・予防接種を受けてから抵抗力（免疫）がつくまでに約2週間かかります。  
また、その効果が持続する期間は、平均5か月間とされています。

### 《肺炎球菌予防接種》

- ・平成30年度に、65・70・75・80・85・90・95・100歳となる方を中心に、予防接種票が郵送されています。
- ・肺炎球菌予防接種に関するお問い合わせ

練馬区保健予防課予防係 練馬区豊玉北6丁目12番1号 03-5984-2484（直通）

＜予防接種と併せて、手洗い・うがいの実施、マスクの着用などを心がけましょう。  
また、十分な休養とバランスの良い食事を摂ること、  
水分補給と適切な室内環境を整えることでインフルエンザや  
肺炎球菌による肺炎の予防につとめていきましょう。＞

