

2022年11月吉日

## 健保だより 77

新電元工業健康保険組合  
理事長 新関 清司

日頃より健保組合の取組みに対し、ご理解とご協力をいただき心より感謝申し上げます。

衣替えの時期を過ぎ秋も深まって来たと思っていれば、一気に冬に向けての準備が加速しそうな寒さを感じます。皆様、体調などお変わりありませんか。

毎年、冬が近づいてくるこの時期、必ず話題となるのが、そう『インフルエンザ』です。「今年の流行りの型は何だろう？」皆さん気になりますよね。

ところで、インフルエンザの型にはどのようなものがあり、それぞれどんな特徴があるのか皆さんはご存知ですか？

インフルエンザには大きく A、B、C の 3 種類があります。主に流行するのは A 型と B 型です。

『A 型インフルエンザ』は人以外にも感染し、数年から数十年毎に世界的な大流行が見られます。これは、別の亜型ウイルスの出現で、従来の亜型ウイルスに取って代わることで起こります。一方、『B 型インフルエンザ』が感染するのは人のみです。A 型ほど大きな流行が発生することはあまりないと考えられています。

日本が夏の時期、冬を迎えた南半球で流行しているインフルエンザが、今後の北半球での流行を予測する上で役立ちますが、今年度、オーストラリアで検出されたインフルエンザの型の約 8 割が『A 香港型』でした。よって、今シーズンは日本でも『A 香港型』が流行する可能性があります。

この 2 年間はコロナ禍の影響もあり、インフルエンザの感染者数は世界的に低水準で推移しました。しかし、オーストラリアでは今年の 4 月後半から報告数が増加し、例年レベルの感染者数に戻ったことで、医療提供体制が逼迫する事態となっています。

今後、海外からの入国が緩和されると、国内へウイルスも持ち込まれると考えられ、今秋から冬には日本でも同様なことが起こる可能性が高まります。

日本では例年、11 月下旬から 3 月頃にかけて流行し、2 月頃にピークを迎えることが多いので、ワクチン接種は出来れば 11 月下旬迄には済ませることをお勧めします。

また、予防法としてはコロナウイルス対策と同等です。石鹸と流水による手洗いやアルコールによる手指消毒は、インフルエンザウイルスを除去・消毒するのに有効です。清潔を保ち、バランスの取れた食事と十分な睡眠を取ること、乾燥した室内では加湿器などで湿度を適切に保つ様子を付けることも大切です。そして、人混みは出来るだけ避ける様にしましょう。

※当健保では今年もインフルエンザワクチン接種費用の補助（一律 1,000 円/人、1,000 円未満の場合は実費額）を行っていますので、是非ご活用ください。

以上