

# 新型インフルエンザに備えた 家庭用食料備蓄ガイド

## ◎新型インフルエンザとは

新型インフルエンザとは、動物、特に鳥類に感染あるいは保持されているインフルエンザが人に感染し、人から人へと効率よく感染できるようになったウイルスを言います。人が今まで遭遇したことのないタイプであることから、誰も免疫を持たず、世界的に大流行（パンデミック）することが懸念されています。日本でも、約3,200万人（人口の約25%）が感染し、約17〜64万人が死亡するおそれがあると想定されています。

## ◎なぜ食料品備蓄が必要か

新型インフルエンザへの感染を避けるためには、感染者との接点を極力減らすため、不要不急の外出をしないことが重要です。また、発生直後などは、食料品の需要が一時に集中し、思うように手に入らない恐れもあります。

## ◎新型インフルエンザに備えるための留意点

新型インフルエンザの流行の周期（流行開始から小康までの期間）は2ヶ月間程度に及ぶと考えられています。この間、食料品を買う機会はあると考えられますが、できる限り長期間分、最低でも2週間分の食料品を備蓄することが推奨されます。一方で、地震災害とは違い、新型インフルエンザが発生（流行）しても、通常は熱源や水を使った調理が可能と考えられます。備蓄スペースとして冷蔵庫も活用できるでしょう。

## を受けるには

平成22年1月8日現在

問合せ先 福祉保健課 ☎64-4836

接種スケジュールの目安				接種回数	必要資料	費用
				1回	接種費用免除資格者証	1回目 3,600円  2回目 2,550円  （1回目と異なる医療機関で接種する場合は、2回目も3,600円となることもあります）
基礎疾患(最優先)				1回(2回)		
妊婦				1回		
基礎疾患(その他)				1回(2回)		
小児				2回		
1歳未満時の保護者				1回		
小学校高学年				2回		
中学生				1回		
高校生				2回		
高齢者				1回		
12月	1月	2月	3月			
国内産ワクチン						
輸入ワクチン						

# 1 備蓄食料品リスト

このリストは、家族4人（両親、男の子、女の子の組合）が2週間生活するのに必要な食料品の一例です。このリストを目安に、ご家庭ごとに工夫して食料品の備蓄に取り組んでください。このリストでは、2週間分の備蓄例を紹介していますが、できるだけ長期間分を蓄えておくようにしてください。  
※より詳しい購入量は、各ページ印刷をご参照ください。



備蓄の柱：お米 10kg 以上

- 主食**
  - 米(もち・無菌包装米飯を含めても可)……………少なくとも10kg
  - その他主食食品(うどん、そば、パスタ、シリアル類等)……………400g入り6袋(中華麺、インスタント麺、パン等)……………16食
- 主要・副食**
  - 野菜類(玉ねぎ、じゃがいも、ごぼう、さつまいも等)……………各1~2kg
  - 豆類(あずき、大豆等)……………適宜
  - 卵……………10個
  - 缶詰(魚介類、肉類)……………30缶
  - 缶詰(野菜・せのこ類、コーン、トマト、たけのこ、マッシュルーム等)……………20缶
  - レトルト食品(カレー、パスタソース、ハンバーグ等)……………30食
  - 冷凍食品(市販品その他、家庭で冷凍した魚介、肉、野菜、料理等を含む)……………800g入り10袋
  - 乾燥食品(切り干し大根、しいたけ、高野豆腐、ひじき、わかめ、こんぶ等)……………各2袋
- 汁物**
  - スープ類(みそ汁、わかめスープ、コーンポタージュ等)……………12食
- 乳製品**
  - 乳製品(チーズ、ヨーグルト、スキムミルク等)……………各1~2箱
- 菓物**
  - 缶詰(果物類：もも、みかん、パイナップル、みつ豆等)……………10缶
- 調味料・嗜好品・その他**
  - 調味料(砂糖、塩、みそ、しょうゆ、食用油)……………1kgあたり1袋(酢、だし、のり、コンソメ、J(ター)等)……………適宜
  - 嗜好飲料(緑茶、コーヒー、紅茶、ココア等)……………適宜
  - 菓子類……………適宜
  - その他(ふりかけ、のり佃煮、ジャム、マーガリン、はちみつ等)……………適宜

※食品は、賞味期、購入者や販売店等により異なります。賞味期は必ず確認し、賞味期が過ぎる場合は別途廃棄してください。

## 備蓄食料品リスト

このリストは、家族4人（両親、男の子、女の子の場合）が2週間生活するのに必要な食料品の一例です。このリストを目安に、ご家庭ごとに工夫して食料品の備蓄に取り組んでください。このリストでは、2週間分の備蓄例を紹介していますが、できるだけ長期間分を蓄えておくようにしてください。

ただし、政府の想定では「保守・運用の従業員不足により地域的・一時的に停電等が生じるおそれ」もあることを指摘しています。このため、ある程度の期間の停電等に対処する方策についても合わせて考えておく必要があります。

# 新型インフルエンザワクチン接種（助成）

この接種費用について町では助成を行います。下記を確認のうえ、ワクチン接種を行ってください。助成を受けるには、接種費用免除資格証などが必要となります。（既に接種済みの方も、領収書等により償還払いの申請が可能です。）

## 接種（任意）を受けるまでの流れ

- ①スケジュールの確認
- ②福祉保健課へ連絡（☎64-4836）  
接種費用免除資格者証の取得、その他必要資料準備
- ③かかりつけ医療機関へ予約連絡  
窓口での減免が受けられる医療機関  
町診療所 望月医院 富河医院 身延山病院  
※上記以外の医療機関は、償還払い。  
領収書を保管し、申請用紙を福祉保健課へ申請。
- ④かかりつけ医療機関で接種

優先接種対象者など			
優先接種対象者	医療従事者		医療従事者
	基礎疾患がある人(最優先)		
	妊婦		
	基礎疾患がある人(その他)		
	小児(1歳~小学校3年生)		
	1歳未満の小児の保護者など		
	小学校4年生~小学校6年生		
	中学生		
	(13歳未満の中学生)		
	高校生		
高齢者(65歳以上)			
		10月	11月