

健康知恵袋

新型インフルエンザにご注意ください

新聞や各戸配布チラシでもお知らせしましたが、黒潮町でも新型インフルエンザ感染者が確認されています。

秋から冬にかけてのインフルエンザの流行期には、さらに感染が広まる可能性があります。

今からできるインフルエンザ対策をすすめ、みんなが新型インフルエンザに備えましょう。

新型インフルエンザ

今回の新型インフルエンザは、通常の季節性インフルエンザと似ており、多くの感染者は軽症のまま回復しています。しかし、糖尿病やぜん息などの基礎疾患がある方などは重症化する可能性があります。基礎疾患のある方は、かかりつけ医と相談して、急な発熱や咳、のどの痛みなどインフルエンザを疑う症状が出た場合に、あらかじめどのように行動するか決めておきましょう。

基礎疾患とは

新型インフルエンザにかかると重症化する危険性が高いと考えられる疾患をさしています。海外の状況から次の方が該当すると思われるます。

妊婦、乳幼児、高齢者、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、代謝性疾患（糖尿病など）、腎機能障害・免疫機能不全などを有しており、医師により重症化の危険性が高いと判断される方

手洗い

指輪や腕時計をはずし、せっけんなどを使って30秒以上洗いましょう。洗った後は、きれいな布やペーパータオルなどで水を十分にふきましょ。



うがい

- ①口にふくんで「クチュクチュ」ががい
- ②次に上を向いて「ガラガラ」ががいノドの奥に回るように、15秒程度これらを何度か繰り返します。



インフルエンザ予防に有効なことを習慣にしましょう。

マスク

咳をしている人にはマスクをしてもらいましょう。マスクを適切に着用することで、しぶきが飛び散ることを防ぐことができます。※秋冬に向けて、今から用意しておくことも大切な予防策です。

人ごみはさける

不特定多数の人が集まる場所は感染の危険性が高いです。できるだけ人ごみは避けましょう。また帰宅時には、うがい・手洗いを行いましょう。

に開設されています。

【受付時間】

（平日）

午前8時30分～

午後5時30分まで

【電話番号】

☎35-5979

※相談窓口設置期間や受付時間などは、状況により変更する場合があります。

新型インフルエンザの国内発生が報じられ始めたころ、マスクや手指消毒薬が品切れ状態になったのは、記憶に新しいことと思います。流行期に向けて、今から日用品などを用意しておくことも大切な予防策の一つです。

新型インフルエンザではないか？と心配な方は：

- ① 診察は一般の医療機関を受診してください。その際、医療機関に事前に連絡し、指示に従ってください。
- ② 受診の際は、マスクを着用してください。

相談窓口

新型インフルエンザに関する相談窓口は、県内の各保健所に設置されています。

幡多では、幡多福祉保健所

○お申し込み・お問い合わせ

健康福祉課保健衛生係

大方総合支所

☎43-2836（直通）

佐賀総合支所

☎55-7373（直通）

