

インフルエンザにご注意を



インフルエンザは感染力が非常に強く、日本では毎年約1千万人(約10人に一人)が感染しています。一人ひとりが予防に努め、感染を避けるとともに、感染した場合には、周囲の人につかないように注意しましょう。

■風邪とインフルエンザの違いは？

	風邪	インフルエンザ
症状	鼻水やのどの痛みなどの局所症状。	38℃以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状。
流行の時期	一年を通しひくことがあります。	1月～2月に流行のピーク。ただし、4月、5月まで散発的に流行することもあります。

■どのように予防するの？

- ①咳エチケットの実施
 - ・咳やくしゃみが出たら、他の人につかないためにマスクの着用を徹底する。
 - ・鼻汁や痰などを含んだティッシュは、すぐにふた付きのゴミ箱に捨てる。

- ②手洗い・うがいの徹底を
 - ・外出先から帰宅した際は、念入りに手洗い・うがいをする。

③流行した際の行動は？

- ・不用意な外出はできる限り避ける。
- ・外出時には必ずマスクを着用する。
- ・栄養バランスの摂れた食事と十分な睡眠をとる。
- ・温度や湿度など室内環境を調整する。



インフルエンザ予防啓発キャラクター
マメゾウくん

■高齢者の方は、予防接種費用の助成制度をご利用ください。

◇対象者

接種日現在65歳以上の方

※対象者には、予防票を送付していただきますので、早めに予防接種を受けるようにしましょう。

◇接種費用

医療機関により費用が異なります。

設置だけで満足していませんか？ AEDは日ごろの維持管理が大切です

AED(自動



体外式除細動器)は、薬事法に規定する高度管理医療機器及び特定保守管理医療機器に指定されており、適切な管理が行われなければ、人の生命及び健康に重大な影響を与える恐れがある医療機器です。

救急救命時に、AEDを使用する場合、管理・点検の不備などにより、正常に機器が作動しないなどのことがないよう、AEDを設置されている施設においては、日ごろから適切な維持管理をお願いします。

2,500円までは市が負担します。

※2,500円を超える差額は、医療機関窓口にて自己負担となります。

◇実施期限

1月31日(金)
医療機関等の詳細についてはお問い合わせください。

■お問い合わせ・お申し込み

保健課健康増進担当
(保健福祉センター内)

☎ 2314310

■日常点検での確認事項

*インジケーターの確認

正常に動くかどうかを示すためのランプや画面が付いています。表示内容を確認し、記録しておきましょう。

*消耗品の交換

電極パッドやバッテリーには使用期限や寿命があります。これらの交換時期が分かるように表示ラベルを付けましょう。(ラベルは製造・販売会社から提供されます。)

■お問い合わせ

保健課健康増進担当
(保健福祉センター内)

☎ 2314310

市民公開講座(無料)

市立病院では、市民の皆さんの健康維持、疾病予防を図るため、医師による公開講座を開催しています。

今回のテーマは「目」です。最近、目がかすんだり、二重に見えたりしませんか？

よく聞く白内障について、皆さんはご存知ですか？

わが国における眼科手術の適応となる原因疾患の第1位で、加齢によるところが多いといわれる白内障の原因、症状、治療法について分かりやすく解説します。

■日時 1月18日(土)

13時30分～14時30分
市民交流センター

■場所 市民交流センター
「二コリ」1階会議室5～7

■演題・講師 「加齢と目」～白内障を中心に
今澤 光宏氏
(市立病院眼科医長)

■対象者 どなたでも

■申込方法 電話またはFAX、病院窓口

■締切 1月14日(火)

※席に余裕があれば当日も可
市立病院総務担当

■お問い合わせ・お申し込み
☎ 2211221
☎ 2219731