

た

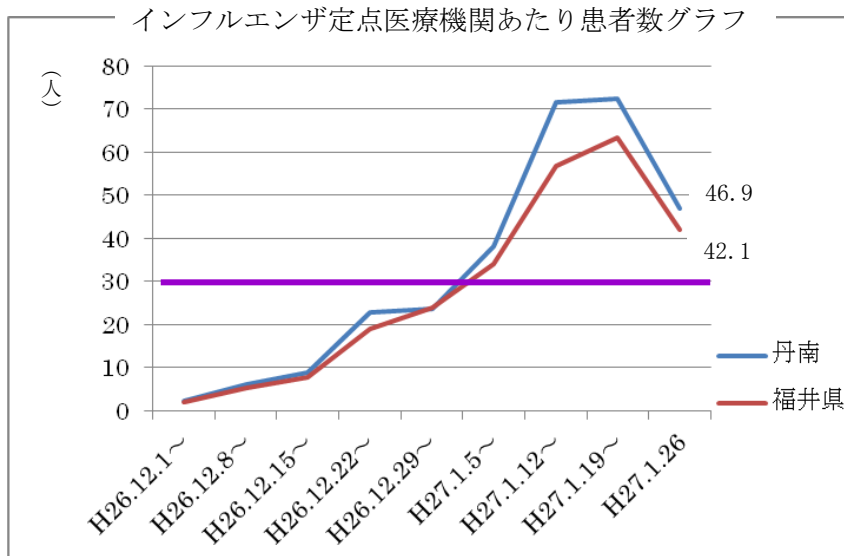
ん

ん



★インフルエンザ警報発令中！

現在、全国的にインフルエンザが流行中です。福井県では1月15日にインフルエンザ警報が発令され、丹南地域でも猛威を奮っています。



インフルエンザ患者数が、1 定点医療機関（※）あたり 30 人を超えると、警報が発令されます。

（※県が人口および医療機関分布等を考慮して、無作為に選定された県内 37 医療機関のこと）

<予防方法>

- ・帰宅後はうがい・石鹸を使った手洗いをしましょう。
- ・人ごみを避けてください（人ごみへ出る際はマスクの着用を！）。
- ・適度な湿度（50%～60%）を保ちましょう。
- ・栄養と休養を十分にとりましょう。

※以下の方はインフルエンザにかかると重症化するリスクが高いため、特に注意が必要です。

- ・次の基礎疾患をお持ちの方…慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病等の代謝性疾患、腎機能障害、ステロイド内服などによる免疫機能不全
- ・高齢者 ・妊婦 ・幼児

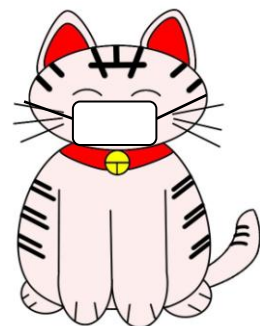


<かかった後の注意点>

- ・マスクを着用し、医療機関を受診してください。
- ・睡眠を十分に取り、安静にしてください。無理をして学校や職場に行かないようにしましょう。
- ・お茶やスープなど、自分が飲みたいもので水分補給をしましょう。
- ・周りの人へうつさないために、マスクを着用しましょう（咳エチケット）。

咳エチケットとは…

- ・咳・くしゃみの症状がある人はマスクを着用する。
- ・咳やくしゃみの際には、ティッシュなどで鼻と口を押え、周りの人から顔をそむける。
- ・使用後のティッシュはすぐにふた付きのゴミ箱に捨てる。



広報マスコット たんにゃん

<かかった人を介護するときの注意点>

- ・介護する人を決め、介護する人はマスクを着用しましょう。
- ・患者は別の部屋へ移してください（難しい場合は他の人と1メートル以上離しましょう）。
- ・1日に数回、部屋の換気を行ってください。
- ・患者が使用したティッシュやマスクはビニール袋に入れて捨ててください。

※社会福祉施設等の職員の方へ

同一の感染症による患者（疑い含む）が10名以上または全利用者の半数以上発生した場合は、保健所にご連絡ください。

★ノロウイルス対策はできていますか？

ノロウイルスは1年を通じて発生しますが、特に冬に多発します。少量のウイルスでも感染を引き起こしますので、しっかりとした対策が必要です。



<予防方法>

- ・食品は中心温度85℃で1分以上、カキなどの二枚貝は85℃～90℃で90秒以上加熱しましょう。
- ・石鹸による十分な手洗いを行ってください。
- ・下痢などの症状がある人は食品を扱わないでください（症状がなくなった後も1週間程度（長ければ1か月ほど）便中にウイルスが排出されると言われているため注意が必要です）。
- ・患者の便や吐物は、換気をしながら速やかに処理を行い、処理後は石鹸による手洗いをしましょう。
- ・施設の管理者は、入所者や職員の健康状態の把握に努めましょう。

<消毒方法>

塩素系漂白剤の次亜塩素酸ナトリウムで消毒を行います（アルコールの消毒では不十分です）。



便や吐物で汚染された場所は0.1%の次亜塩素酸ナトリウム、調理器具やドアノブなどよく手を触れる場所は0.02%の次亜塩素酸ナトリウムで消毒してください。

市販の漂白剤（塩素濃度5%）を使用した次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

0.1% : 500mlのペットボトルの水に、キャップ2杯分（10ml）の漂白剤

0.02% : 500mlのペットボトルの水に、キャップ半分（2ml）の漂白剤

*****お知らせ*****

悩みごと総合相談会を開催します！

1人で悩まないでください。話せる誰かがここにいます。弁護士・精神科医師・臨床心理士・社会保険労務士・消費者センター相談員・福祉課職員・保健師が相談を受け付けます。

日 時	場 所	予 約 申 込 先
平成27年3月8日(日) 13:00～17:00 ☆相談時間 1人 約45分	越前市福祉健康センター 越前市府中1丁目11-2 アル・プラザ武生 4階	0778-22-4135 丹南健康福祉センター 武生福祉保健部 健康増進課

※予約制・相談無料です。

（予約は平日8:30～17:15まで受け付けています。）

※予約状況によりお断りすることもあります。

法律问题・こころの相談・多重債務・リストラや職場環境・福祉・健康相談等