

新型インフルエンザの 感染を予防しましょう

すでに新聞・テレビ等で報道されているとおり、国内でも新型インフルエンザの感染者が確認されています。

このことから、政府は、発生地域に対し感染拡大防止の対策を行うとともに、感染者および濃厚接触者に対しても適切な処置を行っています。

引き続き市民の皆さんには、国・県・本市の発表等にご注意いただき、冷静な対応をお願いいたします。

問い合わせ／健康づくり課 ☎048-463-8611

+ 発症が疑われたら、電話相談を！

7日以内に国内の発生地域・海外のまん延地域（発生地域の範囲については随時変更されます）に渡航歴・滞在歴のある方で、インフルエンザのような症状のある場合は **直接病院へは行かず**、下記へ相談し、指示に従ってください。

※新型インフルエンザの人に現れる症状

38.0℃以上の発熱、鼻水、のどの痛み、せき、悪寒など、季節性のインフルエンザに似た症状です。また、アメリカの保健当局からは下痢、おう吐などの症状も報告されています。



〈相談窓口〉

厚生労働省 ☎03-3501-9031

(土・日曜日、祝日含む。午前9時～午後9時)

埼玉県疾病対策課 ☎048-830-3572・3557

(24時間)

FAX 048-830-4809

☆朝霞保健所、朝霞市保健センターでは健康相談を行っています。

朝霞保健所 ☎048-461-0468

(平日：午前8時30分～午後5時15分)

朝霞市保健センター ☎048-465-8611

(平日：午前8時30分～午後5時15分)

+ 朝霞市の対策は！

市では最新情報の収集を行い、いち早く皆さんにお伝えするほか、新型インフルエンザについての啓発活動や、新型インフルエンザ対策委員会を立ち上げ、市民の皆さんが安心して生活していただけるよう、感染防止のための対策を進めています。

今後も引き続き、広報あさかや市ホームページをご覧ください。万が一の場合に備え、新型インフルエンザに対する正しい知識を持ち、落ち着いて行動できるようご協力をお願いします。

※市ホームページでは適宜、最新情報を掲載しています。

+ 今回発生した新型インフルエンザの特徴は

今回発生した新型インフルエンザは、以下のような特徴を持っているようです。

- ①季節性インフルエンザと同様に、人から人へ感染しやすい
- ②ウイルスの毒性は弱く、発症した場合の症状は軽い
- ③心臓疾患や糖尿病のある方が感染すると、重症化する場合もある（慢性疾患のある方や免疫が低下している方には注意が必要）
- ④タミフル・リレンザなどの抗インフルエンザウイルス薬が効く（早期発見・治療が重要）

これらのことから、症状が季節性インフルエンザに類似しているといわれており、過度に心配する必要はありませんが、ウイルスには未解明な部分も多く、感染を繰り返すことによって変異する可能性もあるため、咳エチケットや手洗いなどの感染予防に心がけることが重要です。

+ 新型インフルエンザを防ぐには日ごろからの対策が重要です！

新型インフルエンザも「季節性インフルエンザ」と同様、せき・くしゃみ等により飛まつ感染します。次のことに注意しましょう！

- ・咳エチケット（せき・くしゃみが出る場合には、ティッシュ、ハンカチなどで鼻や口を押さえ飛まつを飛ばさないように心がけましょう。）
- ・外出時はマスクを着用しましょう。隙間ができないように鼻と口を確実に覆い、使用後は表面には触らず、ひもだけを持って捨てるようにしましょう。捨てた後の手洗いも忘れずに。
- ・帰宅後はうがいや手洗いを励行しましょう。洗顔も効果抜群です。
- ・必要なとき以外は、人混みを避けましょう。
- ・十分な栄養と休養をとりましょう。
- ・室内を適切な温度や湿度に保ちましょう。

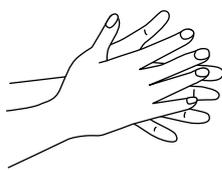
捨てるときは…

- 表面には触らずひもだけを持って処理する
- ビニール袋に入れて口を閉じる
もしくはふたのついたゴミ箱へ
- 捨てた後は手洗いを

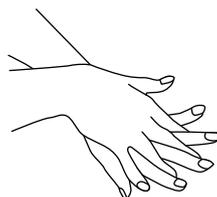


+ 正しい手洗いの方法

〈正しい手洗いの習慣を身につけましょう〉



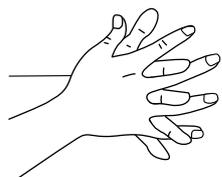
- 1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



- 2 両手の甲をこすり洗いします。



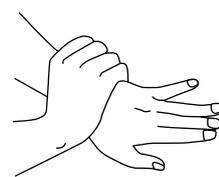
- 3 指先・爪の間を念入りに。



- 4 指の間を洗います。



- 5 親指も付け根から指先まで念入りに。



- 6 手首も忘れずに洗いましょう。

- 7 30秒が目安です。

その後、十分に水で流しペーパータオルや清潔なタオルでよくふき取って乾かします。