

感染防止に努めましょう！



【インフルエンザ対策】

インフルエンザは、1～2月頃に流行のピークがあり、いったん流行が始まると、短期間で感染が拡大していきます。

インフルエンザの予防には、**予防接種**が効果的です。接種から効果が出るまでに2週間程度かかりますので、早めに接種を済ませましょう。

高齢者インフルエンザ予防接種について



65歳以上の高齢者と60歳以上の特定該当者の方については、自己負担金1,000円で予防接種を受けられます。

※生活保護法による被保護世帯、町民税非課税世帯の方は、事前に免除申請（保健センター又は町役場福祉保健課で受付）を行えば自己負担金免除になります。

予診票は町内の医療機関には置いてあります。町外での接種を希望する場合は、事前に保健センターまでご連絡ください。予診票を発行します。

予防

① 手洗い

指の間や手首なども忘れずに洗いましょう。



② うがい

外出後は忘れずに行きましょう。



③ マスクの着用

（咳エチケット）

ウイルスを吸い込むことでインフルエンザに感染します。咳エチケットも忘れずに！



【もしもインフルエンザにかかったかな？と思ったら…】

基礎疾患のある方、子ども、高齢者の方は、インフルエンザにかかると重症化する恐れがあります。ふだんから感染予防を心がけ、「インフルエンザにかかったかな？」と思ったら、早めに受診しましょう。

（インフルエンザの主な症状）

突然の高熱、咳、のどの痛み、だるさ、頭痛、筋肉痛や関節痛などの症状があれば、感染が疑われます。症状があれば、早めに医療機関を受診しましょう。

【感染性胃腸炎対策】

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は通常11月くらいから発生件数が増え始め、12月から翌年1月が発生のピークになると言われています。

【感染しないために注意することは？】

①食品は十分加熱（85℃で1分以上）し、調理しましょう。



②調理器具やふきんなどは熱湯や漂白剤で消毒しましょう。

③手指についたノロウイルスが口に入り、感染することがあります。

調理や食事の前はもちろん、こまめに手を洗うことが大切です。

タオルは自分専用のもので使いましょう。



④嘔吐物はできるだけ速やかに処理しましょう。

処理するときは使い捨ての手袋を使い、直接手で触れないように取り

除き、ビニール袋に入れてしばって捨てましょう。

嘔吐物などで汚れた床は、塩素系漂白剤を含ませた布で拭き、消毒し

ましょう。

菌を体内に入れないために

手洗いなどで感染予防をしましょう！

