

# 新型インフルエンザにご注意を

～かからない うつさないために～

先週から今週にかけて町内で新型インフルエンザの集団感染が疑われる事例が発生し、斜里中学校と川上小学校で学校閉鎖、斜里高校での学年閉鎖が措置されています。

町民の皆様におかれましては、自宅や、学校、保育所、幼稚園などでも充分注意をして、日頃から「かからない、うつさないために」日常の予防に心がけましょう。

## うがい、手洗い



外出後のうがい、手洗いをしっかりと行いましょう。手洗いは、石けんを使ってよく洗い、清潔なタオル等で水を十分にふき取りましょう。

## 食事、休養、睡眠

バランスのよい食事

十分な休養や睡眠をとり、体の抵抗力を高めましょう。



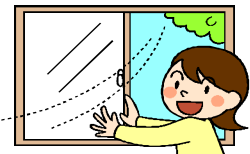
## 咳エチケット

咳・くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用したりして他の人から顔をそむけ、「咳エチケット」をしましょう。



## 環境衛生

部屋の換気をこまめに行ったり、湿度を適度（60～70％）に保ったりするなど、生活環境に留意しましょう。



## ■インフルエンザにかかったら■

- \* 水分（お茶、ジュース、スープ）を十分に補給しましょう。
  - \* 安静にして、十分な休養をとりましょう。
  - \* 早めに医療機関で受診して治療を受けましょう。
  - \* 周りの方へうつさないために、マスクをつけましょう。
- また、登校や出勤、買い物など外出を控えましょう。（咳エチケット）



## 医療機関で受診するときは

- 急な発熱など、インフルエンザ様症状の場合は事前に医療機関に電話した上で受診しましょう。
- 受診の際には、必ずマスクを着けましょう。
- 慢性の病気をお持ちの方は「かかりつけ医」に電話連絡してから受診するか、「かかりつけ医」が紹介する医療機関を受診してください。
- 妊娠中の方は「かかりつけ産婦人科医」に連絡し、医療機関の紹介を受けてください。

斜里町新型インフルエンザ対策本部（保健福祉部保健課 22 - 2500）

相談窓口：役場保健課保健推進係 網走保健所保健予防係（0152 - 41 - 0695）北海道教育委員会資料抜粋

裏面もご覧下さい

# ■新型インフルエンザワクチンについて

季節性インフルエンザの予防接種については、先日の新聞折込チラシでお知らせしておりますが、**新型インフルエンザワクチン**は、現在のところワクチンの供給量が限られているため、医療従事者や、妊婦及び基礎疾患の有る方など感染した場合、重症化の可能性が高い方を優先的に接種する方針を厚生労働省が示しております。

斜里町においても、具体的な対象者の範囲や、接種方法などの協議を進めておりますので、実施内容が決定しましたら、町民チラシや町のホームページで随時お知らせします。



## 優先的に接種する対象者について

	対象者	理由
優先接種対象者	①患者の診療に直接従事する医療従事者	インフルエンザ患者から感染するリスクが高い。業務量負荷の増大が懸念され、医療体制の支障を来す恐れがあるので、必要な医療体制を維持するために接種が必要。
	② 妊婦 基礎疾患を有する者	他の者と比較し、新型インフルエンザに罹患して、重症化する割合が高いため、接種が必要。なお、優先接種対象に該当する基礎疾患は、病気の症状が決められておりますので、「かかりつけ医師」等の証明が必要になります。
	③1歳から小学3年に相当する小児	10歳未満の小児の罹患率が高く、重症例が多くみられているので、接種が必要。ただし、1歳未満の小児は、予防接種による効果が小さい（又は出来ない）ので保護者に接種する。
	④1歳未満の小児の保護者等	
その他	小学4年～6年生、 中、高校生に相当する年齢の者	発症例の半数が10代の若年層。発症者数が多いため、相対的に重症者数が多数発生する恐れがあるため接種が必要。
	高齢者（65歳以上）	現時点では、発症者数は少ないが、今後患者数が増加した場合、重症化する高齢者が多数発生する可能性があるため接種が必要。

## 国保病院からのお知らせ

### ■タミフル等の抗ウイルス剤の投与について

★発熱があるといって救急外来を受診しても、インフルエンザの簡易検査は医師の判断で、メリットがなければ行わないことは、前回のチラシでお知らせしておりますが、検査の如何に関わらず、基礎疾患（糖尿病や腎不全など）の有無、インフルエンザである可能性が高いか低いかなどを考えて、抗ウイルス剤を投与すべきかを判断します。

★基礎疾患のない人は、インフルエンザにかかっても安静などの対症療法で殆どが治癒します。また、タミフルは日本が世界中の7割の量を消費しています。タミフルの使いすぎは薬に耐性のウイルスの出現を起すと言われており、そのことにも考慮して、タミフルの使用を考えなければなりません。

～正しい知識を持ってインフルエンザに対処し、自分の健康と地域医療を守りましょう～

