

# 新型インフルエンザの予防と対策

全国的に新型インフルエンザの流行が続いており、夏の間はいったん収まるのではとみられていましたが、北海道内においても旭川や札幌をはじめ、身近な市町村でも感染が確認されてきています。8月以降はさらに感染者が増加してきており、重症化したケースや死亡したケースなどの報道もされているように大流行が危惧されています。

感染力はあるが毒性は低いとのことから、予防対策に対する関心が希薄になってきている様子がみられます。今一度、予防対策について見直し、感染や感染の拡大を防止していきましょう。

## 新型インフルエンザに備えましょう！！

新型インフルエンザの特徴として、感染力は季節性インフルエンザより強い傾向にあり、夏場にも流行している国・地域もあり、人工透析・慢性の肺疾患・糖尿病などに罹っている場合や妊娠中に罹患すると重症化しやすいため、これらを考慮した対策や予防が必要です。

### < 発生前の対策 >

マスクや消毒液などの感染防止用品、一般常備薬品やスポーツ飲料、缶詰など保存可能な食料品、その他日用品などを備蓄する。

新聞・テレビなどの情報を収集し、家族で対応について確認しておく。

手洗いやうがいを習慣化する。

喘息などの慢性肺疾患、がんなどで免疫抑制剤を使用している、慢性心臓病、糖尿病などの治療を受けている方は、かかりつけ医の指示にそって治療を受け、日常の健康管理にも十分注意をし、良好な状態を保つ。

妊娠中の方は健診など必要な外出にとどめ、人ごみの多い場所への外出はさける。

日常の食事や睡眠など生活リズムを規則正しく整え、体力や抵抗力の低下を防ぐ。

麻しんやインフルエンザワクチン(季節性)など予防接種はできるだけ積極的に受け、その他の感染症に罹らないようにする。

### < 身近な地域で感染者が発生したときの対策 >

生鮮食料品の買出し、ガソリンの補給、その他の用事は早めに済ませ、急用以外の外出は控える。(外出時はマスクを着用し、帰宅の際は家の前ではずし密閉して捨てる)

職場や学校、保育園などからの指示にそって行動をとる。

帰ったら必ず丁寧に手洗い、洗顔などを行なってウイルスを洗い流し、うがいも行う。

### < 受診をするときの対応 >

- ・咳や発熱などの症状があった場合、事前に医療機関に連絡をし、受診の時間帯や受診方法などについて、指示を受けてから受診する。(マスクを着用し感染防止を万全にする)
- ・糖尿病や心臓病などで治療中の方は、かかりつけ医に事前に電話連絡をして受診する。
- ・妊娠中の方は、かかりつけの産科医に電話連絡をし、受診の指示を受ける。

### 発熱相談センターについて

医療機関がわからない、在宅療養の不安などの相談については、下記にご相談ください。

\* 受付時間 8時45分から17時30分

\* 相談窓口 富良野保健所(健康推進課) ☎ 23 3161



広報みなみふらの

お知らせ版

2009.9.1

No.193

## 今、100人に1人が交通事故にあっている まさかのために必ず加入、忘れず更新、自賠償

交通事故による死者数は年々減少傾向にあるものの、平成20年の事故発生件数は約77万件、死傷者数は約95万人と、国民の誰もが交通事故の被害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。

交通事故は車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠償保険・共済は、すべての自動車の保有者に、自動車1台ごとに加入が義務づけられており、基本的にすべての加害者の賠償責任を担保するとともに、すべての被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の保護を目的としています。

一人ひとりが、より一層自賠償制度の役割・重要性や、保険金・共済金の支払いのしくみなどを十分に理解・認識することがとても大切です。