



紙面から

お知らせ
 援農市民養成講座 農の学校..... 2

お知らせ
 出逢いの場創出事業..... 4

催し
 日野市民スポーツレクリエーション フェスティバル開催 5

お知らせ
 保留地、市有地、土地開発公社用地公売..... 8

催し
 郷土資料館特別展..... 8

新型インフルエンザの 予防・拡大防止を

新型インフルエンザが、流行期に入っています。市内でも146人の患者が発症し（9月7日現在）、中学校、学童クラブ、児童館キャンプなどでは集団発生がありました。また、新学期を迎えた小学校では、学級閉鎖を行う学校も出てきています。今後さらに感染が拡大する見込みです。一人ひとりが感染予防に努めましょう。（健康課）

大流行期に備え感染予防を

手洗いによる感染拡大防止

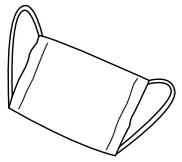
石けんと流水で、手をこまめに洗いましょう。水が使えない場所では、アルコール手指消毒剤も有効です。



せきエチケットによる感染拡大防止

せき、くしゃみの症状があるときはマスクをしましょう。

せき、くしゃみをするときは口と鼻をティッシュなどで覆いましょう。



せき、くしゃみをするときは周りの人から顔をそむけましょう。

その他個人が出来る予防策

帰宅後の手洗い、うがい
 部屋の適度な湿度と換気
 規則正しい生活と十分な休養



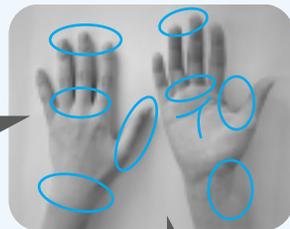
バランスのとれた食事と水分補給

新型インフルエンザの予防には手洗いが有効 正しい手洗いを身につけましょう！

石けんで、十分にこすり洗いをし、水で洗い流すことで、ウイルスは大幅に減少します。手洗い後のタオルは共用せず、個人のものを持ちましょう。

チェックポイント

爪は短く切っていますか？
 時計や指輪をはずしていますか？
 汚れが残りやすいところは特に注意して洗います。



手洗いの手順



石けんをつけ、手のひらをよくこする



手の甲をのばすようにこする



指先・爪の間を念入りにこする



指の間を洗う



親指と手のひらをねじり洗いする



手首も忘れずに洗う

汚れが残りやすいところ

指先や爪の間
 指の間
 親指の周り
 手首
 手のしわ

その後、十分に水で流し、清潔なタオルなどでよく拭き取って乾かす

インフルエンザはこのような症状です

インフルエンザは、急激に38度以上の発熱、鼻汁もしくは鼻づまり、のどの痛み、せきなどの症状が出ます。



インフルエンザと診断されたら

インフルエンザA型と診断された場合は、新型インフルエンザである可能性が極めて高く、感染防止のため次のことを守りましょう。



感染拡大防止のため守ること

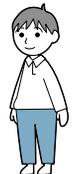
出来るだけ7日間は自宅に待機
 症状が出ている間は外出を控える
 家族への感染を防止のため、個室で療養を水分補給をこまめに
 定期的に部屋の換気を
 病院からの薬は、症状がなくなっても必ず最後まで飲みきりましょう

インフルエンザはすべての一般医療機関で受診可能です

妊婦や基礎疾患のある方は、重篤となる傾向があります。かかりつけ医に事前に相談し、早めに受診しましょう。

一般の方

医療機関に事前に電話で連絡し、受診の時間帯、受診方法などの指示を受けてからマスクを着用して受診してください。



基礎疾患のある方

慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、代謝性疾患、腎機能障害、免疫機能不全などの基礎疾患を有する方は、かかりつけの医師に事前に必ず電話して、受診方法を確認してから受診しましょう。



妊娠中の方

かかりつけの産科医師に連絡し、受診する医療機関の紹介を受けましょう。産科医師が、医療機関にあなたの診療情報を提供する場合があります。



新型インフルエンザの相談は？

受診する医療機関が分からない方などは次の関係機関へ。
南多摩保健所新型インフルエンザ相談センター（☎042-371-7661 平日午前9時～午後5時）
新型インフルエンザ相談センター（☎0570-03-1203 平日午後5時～翌朝午前9時および土曜・日曜日、祝日）
 PHS、IP電話は（☎03-5977-5638）へ
 聴覚に障害のある方は、相談票（市ホームページに掲載）に記入し、東京都保健医療情報センターひまわり（☎03-5285-8080）へ

大流行に備え 備蓄をしています

市では、秋以降の大流行に備えて市の施設用に薬用石けん、手指消毒剤などの備蓄を行っています。

定額給付金
9月25日までの申請を
 定額給付金の申請期限は9月25日(金)消印有効)です。お早めの申請をお願いします。また、申請書請求書(5071)

がお手元ない方はお問い合わせください。(セーフティネットコールセンター) 582・5071