

# 元気プラザだより



平成31年第1号

**高齢者インフルエンザ予防接種** 65歳以上の方  
インフルエンザ予防接種費用助成を利用される方は、  
1月31日(水)までに指定医療機関で接種してください。

**任意インフルエンザ予防接種** 高校生相当(18歳)以下の方  
助成券をお持ちの方は1月31日(水)までに接種してください。



13歳未満の方：2回目は2月28日(水)までに  
接種しましょう

## ノロウイルスによる 感染性胃腸炎や食中毒を予防しましょう！

発生は一年を通して見られますが、11月くらいから発生件数が増加し、12月～翌年1月にピークとなる傾向にあり、冬から春にかけて注意が必要です。

ノロウイルス感染症が  
流行の兆し！

### ◆どのような症状なの？

《潜伏期間》 感染から発生まで24～48時間

《主な症状》 吐き気、おう吐、下痢、腹痛で発熱は軽度です。感染しても症状のない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも注意しましょう。



吐気・嘔吐

腹痛・下痢

### ◆予防方法は？

- 《手洗い》 ①石けんをつけてよく泡立てる  
②手の甲や指の間、指先、手首までしっかり洗う  
③流水でよく洗い流す  
④タオルで手をふく(布タオルの共用は避けましょう)

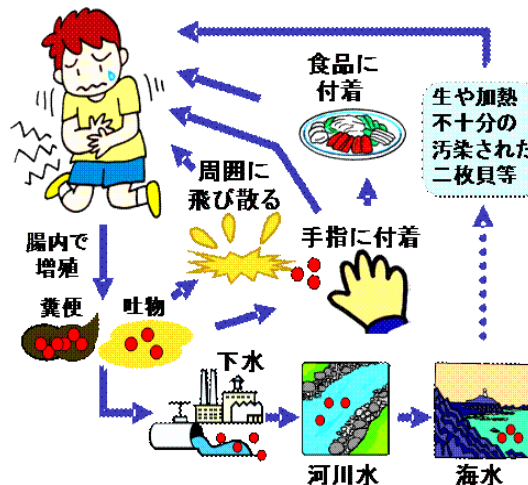


※調理前やトイレの後は しっかり手を洗いましょう

※石けん自体は、ノロウイルスの感染力を失わせることにあまり効果がありませんが、手の皮脂等のよごれを落とすことにより、ウイルスを手指からはがれやすくします。

### ◆どのように感染するの？

ノロウイルスに感染



ノロウイルスの感染力は強く、ほとんどが経口感染(ウイルスが口から入って感染すること)です。

このウイルスは症状がなくなっても通常1週間程度、長い時には1ヶ月程度、ふん便の中にウイルスの排泄が続くことがあるので、症状が改善した後も注意が必要です。

- ①家庭や共同生活施設などで、人と人が接触する際や、患者の糞便や吐物を処理する際に人の手などを介して二次感染した場合
- ②調理に従事した人が感染しており、その人の手指を介して汚染された食品を食べた場合
- ③汚染された貝類を生あるいは十分に加熱しないで食べた場合

～お問合せ先～

古平町役場 保健福祉課 元気プラザ内  
42-2182