

保健師からの ちょっといいはなし!



自己紹介:
血液型 A型
好きなこと 温泉でのんびり…
苦手なもの なめくじ・毛虫
思春期の娘2人と日々奮闘中!!

1 新型インフルエンザの危機

新型インフルエンザとは、動物（特に鳥類）のインフルエンザウイルスが人に感染し、人から人へ感染するようになったものです。新型インフルエンザは冬に限らず、どの季節でも流行が始まる可能性があります。世界的に大流行するのではないかと心配されています。

通常のインフルエンザ予防接種では、新型インフルエンザにはほとんど効果が期待できません。国は鳥インフルエンザウイルスに対するワクチンを備蓄していますが、医療従事者など、感染が拡大しても業務を続けなければならぬ方から接種を行う予定です。また新型インフルエンザに対するワクチンは今はまだない状況です。それでは、大流行

2 新型インフルエンザ発生前に1人ひとりができること

58%。最も毒性が強かったスペイン・インフルエンザ（スペイン風邪）の致死率が2%、SARS（重症急性呼吸器症候群）が10%であったことと比較するとその悲惨さが想像できると思います。

新型インフルエンザの世界的流行は10年から40年の周期で起こります。20世紀においては、大正7年に「スペインインフルエンザ」、昭和32年に「アジアインフルエンザ」、昭和43年に「香港インフルエンザ」、昭和52年に「ソ連インフルエンザ」が流行し多くの死者を出しました。

備蓄しておく役立つリスト

◆食糧

・米	・乾麺類(そば・うどん等)	・切り餅	・乾パン
・各種調味料	・インスタントラーメン	・缶詰	・冷凍食品
・菓子類	・ミネラルウォーター	・レトルト食品	
・粉ミルク	・ベビーフード		

◆日用品・医療品

・常備薬	・ばんそうこう	・ガーゼ、コットン
・消毒用アルコール	・ゴム手袋	・水枕、氷枕
・漂白剤(次亜塩素酸：消毒効果あり)	・マスク	
・ごみ袋(ごみ密閉用)		

◆あると便利なもの

・懐中電灯	・乾電池	・ラジオ	・ガスボンベ
・トイレットペーパー	・ティッシュペーパー		
・キッチン用ラップ	・アルミホイル	・洗剤	
・石けん	・シャンプー、リンス	・生理用品(女性用)	
・歯ブラシ、歯磨き粉			

6月号の訂正

食中毒のはなしポイント②加熱調理で菌を撃退!のなかで、『とくに肉料理をするときは・・・』と紹介してありますが、肉料理に限らず魚貝類なども含め加熱調理の必要な食品は十分に加熱しましょう。

から身を守るにはどうすればよいのでしょうか?

予防の基本は、うがい・手洗い・マスクの励行です。

新型インフルエンザも通常のインフルエンザと同様にウイルスが口や鼻、眼などから入り込むことで感染します。

実際日本で流行が始まった場合、不要不急の外出をしないことが大切です。災害時と同様あらかじめ少なくとも2週間程度の食糧・日用品を用意しておくといでしょう。

が今年の4月に青森県十和田湖畔のオオハクチョウから検出されたという報告がありました。過度の心配は必要ありませんが、鳥の排泄物などに触れた場合は手洗いとうがいをしてください。なお、念のため野鳥はなるべく素手で触らないこと、特に衰弱・死亡した野鳥を発見した場合は、素手で触らずに環境管理事務所(☎23-1511)に連絡をお願いいたします。鶏肉や卵は食べて大丈夫なので安心してください。

みなもの七夕まつり

期 日
8月2日(土)
時 間
午後6時30分～9時
場 所
本町商店街



ふれあいマーケット出店者募集

資 格 秩父郡市内の団体・個人
参加費 イベント協力費として
1店1,000円
申込み 7月18日(金)までに商工会へ
☎62-1311

