

The

健康応援隊!

インフルエンザの予防

○インフルエンザは

どんな病気?

インフルエンザウイルスの感染により、突然の高熱とだるさ、筋肉痛などの全身症状が現れます。高熱が数日続き1週間程度で回復します。インフルエンザは、1〜2月が流行のピークです。

○インフルエンザは どうやってうつるの?

①飛沫感染 感染した人がせきをするなどで飛んだ飛沫に含まれるウイルスを別の人が口や鼻から吸い込んでしまいウイルスが体内に入り感染します。

②接触感染 感染した人がせきを手で押さえた後や鼻水を手でぬぐった後にドアノブ、スイッチなどに触れると、その触れた場所に別の人が手で触れその手で鼻、口に触れることによりウイルスが体内に入り感染します。

○インフルエンザにかからないためにはどうすればいいの? 飛沫感染、接触感染という感染経路を断つことが大切です。

◆人が多く集まる場所から帰ってきたときには、うがいや手洗いをしましょう。

◆空気が乾燥するなどの粘膜炎の防御機能が低下します。室内では加湿器等を使って適度な湿度を保ちましょう。

◆体の抵抗力を高めるため、日頃から十分な栄養とバランスのとれた栄養を心がけましょう。

◆人混みや繁華街への外出を控えましょう。もし外出するときにはマスクを着用しましょう。

予防接種も重要です。

◆予防接種は発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。

町ではインフルエンザ予防接種に助成をしています。高齢者(65歳以上)と身体障害者手帳(1級・2級・3級)をお持ちの方が対象で助成金額は1人1回で助成金額は2千円です。
(※接種期間は1月31日(木)まで)

インフルエンザは「かからない」「うつさない」という気持ちが大事です。
(健康福祉課 保健師)

学校コーナー

空高く 天までとどけ ケヤキパワー



「ケヤキまつりをおえて」

2年 上原 りかこ
わたしはケヤキまつりで、けん玉とハンコのかかりでした。たくさんのおきやくさんが来てくれてうれしかったです。
そのあとに後半の人がしごとをやって、お昼ご飯も食べました。そのあとじゆう時間でクジびきをやりました。13ばんでチョコレートのかしゴムが当たりました。だいにじにつかっています。

「バブロケット」

2年 はと貝 しょう太
ケヤキまつりで五の一人の人が、バブロケットをやるときに、バブをいっぱい入れてくれたら、とても高くとんで、てんじょうにもうすこしでとどきそうでした。ぼくは、とてもおどろきました。バブロケットがすごくとんでおもしろかったです。

「楽しかったケヤキまつり」

3年 戸來 あい晴
10月20日にケヤキまつりがありました。わたしたちのクラスは、



ボーリング、ふくわらい、魚つりくじ引きをやりました。どのお店の人たちもがんばっていました。おきやくさんがいっぱい来てくれて、とてもうれしかったです。
お昼には家の人たちが作ってくれた、とんじるを食べました。おにぎりは、こんぶでした。わたしは、こんぶのおにぎりが大好きなのでとてもうれしかったです。とてもおいしいかったです。
次は、地いきの出し物がありました。わたしはいとあめ、フランクフルト、パフェ、のみものコーナーを回りました。のみものはメロンジュースをのみました。おいしかったです。
次はちゅうせん会です。わたしは今年は当たらなかったけど、とても楽しかったです。

ご意見・ご要望をお待ちしています。

あて先
●町長(直通)
FAX 84-1550
●総務課広報担当
☎84-1111(内線227)



1月の納税 納期限: 1月31日(木)です

国民健康保険税 7 期 町民税務課 税務G 内線253
後期高齢者医療保険料 7 期 町民税務課 税務G 内線252
保 育 料 1月分 健康福祉課 社会福祉G 内線237
学 校 給 食 費 10 期 教育委員会 学校教育G ☎84-1462

人口と世帯

12月1日現在 住民基本台帳から
()内は外国人登録で内数
総人口 9,431人 (113人)
前月比 +1人 (+3人)
男 4,724人 (40人)
女 4,707人 (73人)
世帯数 3,196世帯 (67世帯)