

★ 新型インフルエンザに備えよう!

● **家庭では：**
 新型インフルエンザの流行時は、自然災害が発生したときと同じように、社会機能が停滞し、外部からの支援などが期待できないことが予想されます。また、感染を防ぐためにはできるだけ外出しないことが重要です。このため、最低2週間分の食料や日用品などを備えておきましょう（備蓄物品の例を下表に掲載しています）。

● **事業所では：**
 事業所では、職場での感染予防対策を進めましょう。特に、食料・医療品販売や電気・ガス供給など、市民生活の維持にかかわる事業所では早急な取り組みをお願いします。また、多くの従業員が欠勤することを想定した業務継続計画の策定など、具体的な対応を決めておくことも重要です。

● **自分や家族のだけが発症したら：**
 WHO（世界保健機関）が新型インフルエンザの発生を確認し、フェーズ4を宣言したら、天草保健所内に「発熱相談センター」が設置されます。
 自分や家族のだけに発熱や、せきなどの呼吸器の症状、関節痛など新型インフルエンザと疑われる症状が出たときは、まず「発熱相談センター」に電話し、受診方法などの指示を受けてください。その後、県の感染症指定医療機関で発熱外来を受診し、新型インフルエンザと診断されると、そのまま入院することになります（下図参照）。

なお、新型インフルエンザが県内で流行したときは、受診・入院できる医療機関が拡大されます。流行したときの医療体制などについては、今後、市政だより天草などでお知らせします。

※詳しいことは、天草中央保健福祉センター ☎ 243737へお尋ねください。

行い、体内にウイルスが侵入しないようにすることが大切です。



※新型インフルエンザと疑われる場合、感染拡大を防止するため直接、医療機関で受診することはできるだけ避けましょう。

- 睡眠を十分にとる。
- 適度に運動する。
- せきやくしゃみの症状がある人は、マスクを着用する。
- せきエチケットを守る。

家庭・事業所での備え

「せきエチケット」を守りましょう!

- せきやくしゃみをするときは、ティッシュやハンカチなどで口と鼻を覆い、周囲の人から顔をそむけて1m以上離れる。
- 鼻汁やたんが付いたティッシュなどは、すぐにふた付きのゴミ箱に捨てる。
- せきやくしゃみを手で覆ったときは、手をせっけんで洗う。
- せきをしている人にマスクを着けるように促すなど。

新型インフルエンザが発生・発症したら：

● **新型インフルエンザが発生したら：**
 もし、新型インフルエンザが発生したときは、感染を防ぐため、流行が収まるまでできる限り外出を避け、自宅で過ごすようにしましょう。外出するときには、マスクの正しい着用や、外出後の手洗い、うがいを確実に

鶏肉や鶏卵を食べても「鳥インフルエンザ」には感染しません

最近、新聞やテレビ番組などで「新型インフルエンザ」について取り上げられ、新型インフルエンザは、鳥インフルエンザウイルスが変異して発生すると考えられていることなどが報道されています。

しかし、一部には「鳥インフルエンザに感染するから、鳥の肉や卵は食べられない」などといった誤った認識を持つ人がおり、鶏肉や鶏卵の生産者・販売者などが大変困られています。

鶏肉や鶏卵を食べても、右のような理由から鳥インフルエンザには感染しません。

鳥インフルエンザウイルスは酸に弱い
 万が一、食品にウイルスが付いていたとしても、胃酸によってウイルスの感染力がなくなると考えられています。

ウイルスは熱に弱い
 鳥インフルエンザウイルスは、加熱調理（食品の中心温度が70℃以上）で死滅します。

国産の鶏肉・鶏卵は安全に流通
 鶏肉は食鳥処理場で、鶏卵は卵選別包装施設で、それぞれ厳しい基準により洗浄・殺菌した後、流通されています。

【問い合わせ先】 本庁（別館）・農業振興課農産普及係 ☎ 241111内線2584

家庭での「備蓄物品の例」

| インフルエンザ対策の物品 | 食料（長期保存が可能なもの） | あると便利なもの |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> マスク（不織布製マスクを1人当たり20～25枚用意） | <input type="checkbox"/> 米 | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 |
| <input type="checkbox"/> ゴム手袋（破れにくいもの） | <input type="checkbox"/> 乾めん類（そば・そうめん・うどん類） | <input type="checkbox"/> 乾電池 |
| <input type="checkbox"/> 水枕・氷枕 | <input type="checkbox"/> 切りもち | <input type="checkbox"/> 携帯電話の充電キット |
| <input type="checkbox"/> 漂白剤（次亜塩素酸） | <input type="checkbox"/> コーンフレーク | <input type="checkbox"/> 携帯テレビ・ラジオ |
| <input type="checkbox"/> 消毒用アルコール | <input type="checkbox"/> 乾パン | <input type="checkbox"/> カセットコンロ・ガスボンベ |
| | <input type="checkbox"/> 各種調味料 | <input type="checkbox"/> トイレットペーパー |
| 日用品・医療品 | <input type="checkbox"/> レトルト・フリーズドライ食品 | <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー |
| <input type="checkbox"/> 常備薬（胃薬・痛み止め・持病の処方薬） | <input type="checkbox"/> 冷凍食品 | <input type="checkbox"/> キッチン用ラップ |
| <input type="checkbox"/> ばんそうこう（大・小） | <input type="checkbox"/> インスタントラーメン | <input type="checkbox"/> アルミホイル |
| <input type="checkbox"/> ガーゼ・コットン（滅菌のもの、そうでないもの） | <input type="checkbox"/> 缶詰 | <input type="checkbox"/> 洗剤（衣類・食器用）・せっけん |
| <input type="checkbox"/> 解熱鎮痛剤（アセトアミノフェンなど） | <input type="checkbox"/> 菓子類 | <input type="checkbox"/> シャンプー・リンス |
| | <input type="checkbox"/> ミネラルウォーター | <input type="checkbox"/> 保湿ティッシュ（アルコールのあるものと、ないもの） |
| | <input type="checkbox"/> ペットボトルや缶入り飲料 | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| | | <input type="checkbox"/> ビニール袋 |

「新型インフルエンザ対策ガイドライン」（厚生労働省）から