

インフルエンザを予防しましょう！

冬本番となってきました。

インフルエンザウイルスに感染しないためにも、日常生活での予防を心がけましょう。



◎かぜとインフルエンザの症状のちがい

	風邪	インフルエンザ
症状の進行	比較的ゆっくり	急激
発熱	通常は微熱(37度~38度)	高熱(38度以上)
主な症状(発熱以外)	・くしゃみ ・のどの痛み ・鼻水、鼻づまり など局所的な症状	・咳 ・のどの痛み ・鼻水 ・全身倦怠感 ・関節痛、筋肉痛、頭痛など

インフルエンザは高熱を伴って急激に発症し、かぜに比べて「高熱」と「全身倦怠感」などの症状がでる感染力の強い病気です。

また、肺炎や脳炎(インフルエンザ脳症)などの重篤な合併症を引き起こすことがあります。

◎日常生活での予防

インフルエンザは、主に、患者が咳やくしゃみをした時のしぶきに含まれる病原体(ウイルス)を周囲の方が吸い込むことなどにより、体内に取り込むことで、感染が広がっていきます。(飛沫感染)

手洗いでインフルエンザを予防して、インフルエンザに感染した場合はマスクなどで咳エチケット。

皆さんの「かからない」「うつさない」という気持ちが、インフルエンザの予防にはとても大切です。

手洗い

うがい、手洗い(石けんと流水)で、のどや手に付着したウイルスを落としましょう。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などには、こまめに手洗いをしましょう。その他、咳やくしゃみで口を押さえた後などには、手洗いをしましょう。

インフルエンザ
予防啓発キャラクター
アズキちゃん



咳エチケット

咳やくしゃみが直接人にかからないようにカバーしましょう。

《マスクをつけていない時》

・ティッシュなどで鼻と口をおおきましょう。・袖や上着の内側でおおきましょう。・周囲の方からなるべく離れましょう。



インフルエンザ
予防啓発キャラクター
マメゾウくん

50・55・60・65歳の皆さん

胃がん・肺がん・大腸がん検診が無料です！



◆対象の方には、4月末に無料クーポン券を送付しています。

◆無料クーポン券を使えるのも、残りあとわずか!!
有効期限は平成29年3月31日(金)です。

◆お早めにご利用ください。

※受診の際には、4月末に送付した受診券が必要です。
紛失された方は、健康福祉課までお問い合わせください。

年齢	生年月日
50歳	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日
55歳	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日
60歳	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
65歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日

胃がん検診について、お知らせします。



平成29年度以降、50歳以上の方への胃がん検診の助成は、2年に1回となります。

平成28年度(今年度)	平成29年度(来年度)
40歳以上 1年に1回 ・胃バリウムX線検査 ・胃内視鏡検査(※個別検診のみ) いずれかを選択	50歳以上 2年に1回 ・胃バリウムX線検査 ・胃内視鏡検査(※個別検診のみ) いずれかを選択

自覚症状のある方は、
検診ではなく、
医療機関への受診を
おすすめします。
(この場合は、医療保険
適用となります。)

