

いきいき健康推進課 ほけんだより

お問い合わせ先 TEL0175-28-5800

インフルエンザ
「かからない」
「うつさない」

インフルエンザの感染力は、ふつうの風邪とは比べ物にならないほど強力です。重症化して、命に関わることもある感染症です。特に、子ども、高齢者、妊婦、慢性的な病気がある方は、重症化したり、合併症を併発する危険が高くなります。

かからないためのポイント

- できるだけ人ごみに近づかない。
- 人ごみに出る時は、マスクを着用する。
- 帰宅したら、手洗いうがいの徹底を心がける。
- 普段から、睡眠と栄養を十分に取る。
- 毎年予防接種を受ける

うつさないために咳エチケットを

- 咳・くしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむける。
- 熱や咳、くしゃみなどの症状がある人は、マスクをつける。

予防
接種

インフルエンザの予防接種を受けると、かかりにくくなったり、重症化の予防に役立ちます



いい歯・NO・3歳で賞



「子どもの歯の健康」について住民の皆さんに関心を持ってもらうため、3歳児健診で「むし歯ゼロ」のお子さんのお名前を紹介します。むし歯や治療した歯が1本もなく、かみ合わせ等もきれいなお子さんです。9月11日の健診では5名でした。

健診では、栄養士さんが食事についてのお話をします。子供たちも熱心にきいています。



鈴木 悠梧(ゆうご)くん

浜端 璃空(りく)くん

小林 隼也(しゅんや)くん

川口 璃紗(りさ)さん

澤田 蓮(れん)くん

