

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

インフルエンザにご注意!

「かからない」「うつさない」

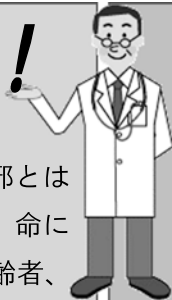
インフルエンザの感染力は、ふつうの風邪とは比べ物にならないほど強力です。重症化し、命に関わることもあります。特に、子ども、高齢者、妊婦、慢性的な病気がある方は、危険が高くなります。

☆かからないためのポイント☆

- できるだけ人ごみに近づかず、マスクを着用。
- 普段から規則正しい生活を。
- 予防接種を受け、かかりにくくしたり、重症化予防をしましょう。

☆うつさないための咳エチケット☆

- 咳・くしゃみは、口と鼻を押さえ、他人から顔をそむける。
- 症状がある場合は、マスクをつける。



ノロウイルスにご注意!!

ノロウイルスが流行っています。

感染は、食品やかかった人からの感染が主になります。

また、感染すると1~2日で、吐き気やおう吐、下痢、腹痛などが起きます。

☆かからないためのポイント☆

- 指先や指、爪の間、手首まで、ていねいに手洗いをする。
- 予防のために、うがいをしましょう。
- 使う物は、消毒しましょう。
消毒は、塩素消毒（家庭用塩素系漂白剤を薄めたもの）か、熱湯（85度以上）で行う。



予防のためには、手洗い・うがい!



いい歯・DE・2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、2歳児歯科健診で「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。

12月5日に行われた健診でむし歯ゼロのお子さんは9名でした。

よしだ 吉田	さら 咲桜ちゃん	かわむら 川村	しゅうか 脩華ちゃん
かわかみ 川上	まな 真奈ちゃん	すみよし 住吉	あいり 愛梨ちゃん
おおぜき 大関	みお 美桜ちゃん	にほんやなぎ 二本柳	てるき 照喜くん
なかむら 中村	そうすけ 颯佑くん	いとう 伊藤	つぐみ 亜玖美ちゃん
おおたに 大谷	まお 真桜ちゃん		

2歳児歯科健診では、栄養士さんが子どもたちに向けて、おやつや野菜、ジュースについてのお話をしています。子どもたちはいつも真剣に聞いています。



「家族みんなで子どもの歯の健康を守ろう」

むし歯ゼロのお子さんでは、お水や麦茶など、糖分が含まれていない飲み物を選んでいるお家の方が多いようです。

おじいちゃん、おばあちゃんもご協力をお願いします。