



100歳祝 橘井キヌ子さん(永代町)



100歳祝 縄いはのさん(富武士)

また、100歳を迎えられた、橘井キヌ子さん(永代町)、縄いはのさん(富武士)には、祝金も贈られました。

100歳、白寿、米寿、喜寿を迎えられた皆さんへ、町から祝品を贈呈いたしました。今年度、白寿を迎えられた3名、米寿を迎えられた44名、喜寿を迎えられた97名の皆さん一人ひとりの世帯を訪れ、祝品が手渡されました。

9/17 ご長寿
おめでとつございます
▼平成21年度 敬老祝

9/18 災害時を想定し、被災者の救助 ▼陸上自衛隊(遠軽駐屯地) 災害訓練

陸上自衛隊第25普通科連隊(遠軽駐屯地)隊員の皆さんによる災害訓練が武道館・温水プール駐車場で行われました。

訓練は、災害発生により建物が倒壊、倒壊家屋に取り残された負傷者を救助するため、ヘリによる人命救助が要請されたという想定で行われ、エンジンカッターを使用し、倒壊家屋から負傷者を救助すると、ホバーリングしているヘリコプターから隊員が降下し、負傷者をヘリに収容しました。訪れた多くの見学者から、迅速かつ的確な救助活動に、大きな拍手がこたっていました。



セーフティーロード☆サロマ

毎月1日は佐呂間交通安全の日、15日は道民交通安全の日

▼交通死亡事故ゼロ運動
285日(9/25現在)

デイライト運動周年展開中
昼間点灯で交通事故減少の効果！
皆さんもぜひ参加してください。

▼交通事故発生状況
(平成21年8月末)
発生 10件(+2件)
死亡 0人(±0人)
傷者 14人(+4人)
(一)内は前年比
発生件数は人身事故の件数

▼STOP ザ 交通事故(H20)
見てわらう
青でも危ない
交差点
佐呂間中学校1年 池田 健人

高齢者のみなさん 注意しましょう！こんなこと

「オホーツク交通事故死ゼロ」
秋期特別作戦実施中！！

自転車利用中

- 「止まれ」標識があったら必ず一時停止を！
- 車が出てきそうなどころでは徐行を！
- 進路変更するときは後方を確認！

自動車運転中

- 自宅近くの交差点では安全確認を忘れずに！
- 右折するときは対向車が途切れるまで待つ！
- 眠気や疲れを感じたら仮眠や休憩を！



まちの話題

話題・出来事など皆さんからの
情報をお待ちしています。
町民課 住民活動係
Tel 212113

シンデレラ夢 2009 9/5・6

CATCH THE YELLOW HEART



今から準備 あなたとあなたの家族を守る インフルエンザ予防

インフルエンザの豆知識

知識

インフルエンザというけれど…
「新型」と「季節性」の違いって何？



10月になり、風も冷たい季節となりました。

今回は世間を騒がせている「新型インフルエンザ」と、この先11月頃から春先まで心配な「季節性インフルエンザ」の予防について考えていきたいと思います。

今年の4月から豚に由来する「新型インフルエンザ」がテレビや新聞等で騒がれています。従来、鳥同士、豚同士で感染しており、人には感染することはありませんでしたが、人にも感染してしまう形にインフルエンザウイルスが変形してしまい、人から人へと容易に感染してしまうようになったインフルエンザを「新型インフルエンザ」といいます。

「新型インフルエンザ」は、いったん発生すると、1～2年間大流行して国民の7割程度の人が感染して免疫を持つようになると「季節性インフルエンザ」として、次の「新型インフルエンザ」が出てくるまで、毎年流行し続けるようになるとされています。過去にも繰り返し新型イン

フルエンザ（香港かぜ・スペインかぜ等）は発生していますが、過去の感染や予防接種によって、現在は、ほとんどの人がこのウイルスに対して基礎免疫を持つようになり、病状が重症化することは少なくなっています。今回の新型インフルエンザも同様に、今後、季節性インフルエンザとなるのか注目される場所です。

なぜ予防する必要があるのか…

感染すれば自分だけでなく、まわりにも影響を及ぼす！

自分がかかり感染してしまった場合は、どんな影響があるのかを考えてみましょう。

自分の家族や職場に呼吸器疾患や心疾患といった基礎疾患のある人や、お年寄り、赤ちゃん、妊婦さんはいないでしょうか？多くの患者が入院を必要とせずに回復しているとはいえ、妊婦さんや持病を抱えた方などは特に肺炎などの合併症を併発したり、慢性疾患が悪化するなど、重症化の可能性が高くなるとも言われており、周りの人に与える感染の影響力は大きく、自分だけの問題ではな

くなります。
インフルエンザから身を守り感染を広げないためにも、日頃から「予防を心がける」という事が特に大切になる事をご理解いただけたでしょうか。

万が一、インフルエンザにかかってしまった場合は、3つの「U」を実行してください。生活に支障をきたさないためには予防行動がとても大切です。

- 3つの「U」とは…
- ① つかない
 - ② つかない
 - ③ つかない

予防の手段の一つとして、流行前の「予防接種」が効果的です。

通常の季節性インフルエンザワクチンは、流行するインフルエンザの種類が数種類あり、その中でもいくつかのタイプに分かれているため予防接種で100%予防することは出来ませんが、もし感染・発症しても症状の重症化を防ぐ効果があるといわれています。しかし、接種後の効果が有効とされる期間は数か月と言われているため、毎年流行時期の前に接種する必要があります。

対策

予防の基本は、
手洗い・うがい・咳エチケット！

「新型インフルエンザ」も「季節性インフルエンザ」も予防行動は基本的に同じです。

特に今回の新型インフルエンザの場合は、呼吸器感染が多いと報告されており、症状は季節性インフルエ

ンザと同様であると考えられています。そのため、手洗いや、うがいはもちろんのこと、うがいは徹底して行ってもらいたいと思います。

万が一、インフルエンザにかかってしまった場合

同居している家族への感染を確実に予防することは困難ですが、なる

べく感染しないように前述の3つの「U」を実行し、心がけることが大切となり、家族の協力体制も必要です。

お願い

現在のところ、新型インフルエンザが広く流行し、感染が広範囲に広がった場合には、重症者の治療が優先されることとなるため、軽症の人は適切な治療を受けたうえで、基本的に自宅で療養することと

心がけることは

【患者さんご本人】

①咳エチケットを守る。②手をこまめに洗う。③処方されたお薬は指示通り最後まで服用する。④水分補給と十分な睡眠を心がける。

【患者さんのご家族】

①患者の看護をしたとき等、接したあとは手をこまめに洗う。②可能であれば、患者さんと別の部屋で過ごす。③患者と接するときは、なるべくマスクを着用する。

●自分の身の回りの感染危険度をチェック

①環境的に乾燥している

インフルエンザウイルスは乾燥している場所が大好きで、部屋等の自分が過ごしている場所が乾燥しているとたくさん仲間を増やします。季節性インフルエンザが11月頃から流行する理由も頷けると思います。

②人が集まる場所

たくさんの人が集まる場所は感染しやすい空間となります。人の集まる場所では感染しないようにマスク着用や事前に手指消毒する等して自分自身も感染源にならないように努めましょう。

インフルエンザに関する情報は日々変わってきていますので、今後も新聞やテレビ等の最新の動向に注目し、自分達の行動で周りに及ぼす影響や出来る事について考え予防行動に役立ててください。

お知らせ インフルエンザが流行する時期は、家庭訪問や事業の際にはスタッフがマスクを着用させていただく場合がありますので、ご了承ください。

子宮がん乳がん検診のご案内

佐呂間町では、11月25日（水）に子宮がん、乳がん検診の実施を予定しています。

受診を希望する方は、保健福祉課 保健推進係（Tel.2・1212）に、10月26日（月）までご連絡ください。