

## 新型インフルエンザ

# 軽症患者は自宅療養となります

9月10日現在、市内でも新型インフルエンザの発生が確認されています。

ぜん息などの慢性呼吸器疾患や慢性心疾患、糖尿病などの基礎疾患のある人、乳幼児、高齢者、妊娠中の方などは感染すると重症化する恐れがありますが、大多数の皆さんは、1週間程度の自宅療養で回復しています。感染した場合や身近に感染者が発生した場合、医師の指示に従い、正しく行動してください。

### ！療養の期間は？

医師の指示により自宅療養となった場合、「発熱等の症状が始まった日の翌日から7日間」または「熱が下がってから2日を経過するまで」が療養の期間となります。

### ！こんな時は医師に相談を

自宅療養となった場合でも、次の症状が現れたら再度、医師に相談してください。

- 4日以上発熱が持続し、体調が回復しない場合
- 咳（せき）や痰（たん）がひどく、息苦しさや胸の痛みを感じる場合
- 水分が思うようにとれなく、立ちくらみがするなど脱水が疑われる場合
- 呼吸が荒い（呼吸数が多い）場合
- 一度は体調がよくなっても、再び咳などが増え、発熱し始めた場合
- その他、けいれんなど普段は見られない症状が現れた場合（小さなお子さまの場合は、特に注意が必要です）

### ！感染した場合、本人と看病する人が注意すること

自宅療養で大切なことは、患者さんの体調管理をすることと、家族内での感染の拡大を防ぐことです。次の点に注意し、本人、看病する人が協力して療養しましょう。

#### 本人が注意すること

- 毎日、体温を測りましょう。
- 処方された薬は、症状がなくなっても最後まで服用しましょう。
- 外出は控え、できるだけ個室で安静を保ちましょう。

#### 看病する人が注意すること

- 患者さんの容体の変化に気を配り、病状が悪化した場合は医療機関に相談しましょう。
- 患者さんと接するときはマスクを着用しましょう。また毎日体温を測りましょう。
- 患者さんの使用した食器や衣類は、通常の洗浄・洗濯・乾燥で消毒できますが、タオルや食器の共用は避けましょう。
- 38℃以上の発熱、咳、のどの痛みなどの症状がみられたら、かかりつけ医に連絡してください。
- こまめな部屋の換気と、適度な湿度（50～60%）を保ちましょう。

岡安曇野市新型インフルエンザ対策本部／健康推進課保健予防係（TEL81・0726 FAX81・0703）

狂犬病予防注射を受けさせていない方は必ず接種を！

市では、次の日程により各地域で犬の登録と狂犬病予防注射を実施します。今回が今年度最後の集合注射となりますので、必ず受けさせてください。

#### ●手数料と料金

▽犬を飼い始めた場合  
新規登録手数料 3000円

▽狂犬病予防注射

予防注射料金 2670円

注射済票交付手数料 550円

\*1頭当たりの料金（税込み）です。おつりのないようご協力ください。

#### ●注意事項

- ▽お手元にお届けしますハガキは受付票を兼ねます。忘れずにご持参ください。
- ▽次に該当する犬は、動物病院で診察を受けさせてから狂犬病予防注射を受けさせてください。
- ・健康状態に不安のある犬
- ・現在、治療中の犬
- ・過去に予防注射後に異常を起したことがある犬

#### ●日程

地域	期日	時間	場所
豊科	10月17日(土)	13:30~13:40	真々部公民館前
		13:50~14:00	下鳥羽地域構造改善センター前
		14:10~14:20	アルプス公民館前
		14:30~14:40	重柳公民館前
		14:50~15:10	豊科総合支所正面玄関前
穂高	10月24日(土)	13:10~13:30	穂高総合支所前
		13:40~13:55	西穂高グラウンド駐車場
		14:05~14:20	しゃくなげ荘駐車場
		14:30~14:45	古厩公民館前
		14:55~15:10	JA北穂高支所駐車場
三郷	10月24日(土)	13:00~13:20	三郷総合支所前駐車場
		13:30~13:45	一日市場公民館前
		13:55~14:10	中萱公民館前
		14:20~14:35	小倉多目的研修センター
		14:45~15:00	農村環境改善センター(JAあづみ温支所となり)
堀金	10月22日(木)	13:10~13:25	下堀公民館前
		13:35~13:50	岩原公民館前
		14:00~14:10	田尻公民館前
		14:20~14:40	堀金総合支所前
明科	10月16日(金)	13:30~14:10	明科総合支所前駐車場

▽訪問注射を受ける場合や、動物病院で注射を受ける場合は、別途料金が必要になります。

▽健康上の理由で注射できない場合は、獣医師から「狂犬病予防注射猶予証明書」(有料)を取得し、支所の窓口へ提出してください。

▽犬をしっかり抑えられる人が付

き添い、首輪が抜けないようにしてください。

▽お出掛けの際は「袋・スコープ」などを持参し、フンをしたら必ず片付けてください。

■環境課 TEL82・3131 FAX82・6622 または各総合支所内地域支援課生活環境係へお問い合わせください。



「きのこ」の食中毒を防ぐ4つのポイントは



### きのこ中毒予防月間 10月19日(月)まで

毒きのこを原因とする食中毒が発生しやすい時期となりました。次のポイントに注意して食中毒を防止しましょう。

1. 知らないきのこは採らない、食べない。
2. きのこの特徴を覚え確実な鑑別をする。
3. 毒きのこを加工（塩漬、乾燥、水さらし等）して食べない。誤った言い伝えや迷信を信じない。
4. もらったきのこもできるだけ鑑別をする。

■健康推進課保健予防係（TEL81・0726 FAX81・0703）