

まちの保健室



インフルエンザの予防と対応

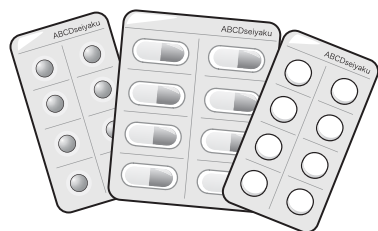
インフルエンザの特徴

季節性インフルエンザは、**高熱・頭痛・関節痛などの症状が急速に現れる**のが特徴で、例年12月～3月に流行する感染症です。まれに、お子さんでは急性脳症を、高齢者などは肺炎を合併するなど重症になることがあります。



予防法

- インフルエンザワクチンには発病を抑える効果や重症化予防が期待できます。流行前に予防接種を行いましょう。
- 日頃から、手洗いの徹底・アルコールでの手指消毒
咳エチケットを心がけましょう。



インフルエンザにかかったら

- 抗インフルエンザ薬には、ウイルスの増殖を抑える効果があります。**症状が出てから48時間以内**に服用しないと効果が期待できない場合があります。早めに医療機関を受診しましょう。
- 十分な睡眠や休養・水分補給を行い、人混みへの外出を控えましょう。

『さくらんぼの会の茶話会』のお知らせ

『さくらんぼの会』は、療育を利用している子どもの保護者、特別支援学級に在籍している保護者同士で、お互いに気になることや情報交換をしている親の会です。地域療育相談員・教育委員会・保健師も出席し、年2回開催しています。

参加してみたい人はお気軽にご連絡ください。初めての参加も大歓迎です。

- 日時 2月20日(火)
午後1時30分開会(午後3時頃終了予定)
- 場所 免田保健センター
- 内容 茶話会

*参加を希望する人は、2月16日(金)までに健康推進課へお申し込みください



問い合わせ 健康推進課 ☎ 45-7216