

連載トピックス vol.7 新型インフルエンザ

インフルエンザのお予防注射は済みましたか？

今月は「新型インフルエンザ」の予防と対応について紹介いたします。

Q 新型インフルエンザの予防はどうしたらよいのですか。

A 通常のインフルエンザは、感染した人の咳、くしゃみ、つばなどの飛沫とともに放出されたウィルスを吸入することによって感染します。そのため、外出後の手洗い、マスクの着用、流行地への渡航、人混みや繁華街への外出を控えること（不要不急の外出の自粛）が重要です。また、十分に休養をとり、体力や抵抗力を高め、日ごろからバランスよく栄養をとることも大切です。

インフルエンザは容易に人から人に感染するため、他人に移さないことも重要です。インフルエンザに感染して症状のある人は、他人に接しなければならぬ場合には、咳やくしゃみをする際にティッシュで口元を覆うか、マスクを着用することが重要です（咳エチケット）。

現状では新型インフルエンザは出現していませんが、出現した場合も通常のインフルエンザと同様にこのような感染予防対策に努めることが重要です。また、新型インフルエンザが流行して、外出を避けるべき事態となり、物資の流通が停滞することを想定して、普段から食品や日用品を備蓄しておくことが望ましいと考えられます。

新型インフルエンザの患者と密に接する機会があり、感染している可能性がある方々に対しては、発症前に抗インフルエンザ薬を内服することで、発症の危険性を抑える予防方法（予防投薬）を実施することも検討されています。

Q 新型インフルエンザに感染した場合、どのような症状がでるのですか。

A 新型インフルエンザに変異することが懸念されている高病原性インフルエンザの症状としては、これまで東南アジアなどでの事例では、発熱、咳など、ヒトの一般的なインフルエンザの症状に加え、下痢を認めた例もありました。

また、致死率は60%以上と極めて高く、肺炎が主な死因になっています。

しかし高病原性インフルエンザウィルスが人から人へと感染する新型インフルエンザに変異した場合、その症状の程度は、現在のところ予測が困難です。

Q 新型インフルエンザが発生したらどうしたらよいのですか。

A 新型インフルエンザが発生した場合は、感染の機会を減らすために、手洗いを励行する、不要不急の外出や集会を避けるなどの予防策を実施することが重要となります。

また、発熱・咳・全身痛など、インフルエンザと思われる症状がある場合、事前連絡なく近くの医療機関を受診すると、万が一新型インフルエンザであった場合、待合室などで他の患者さんに感染させてしまう「二次感染」の恐れがあります。まず保健所などに設置される予定の発熱相談センターに連絡し、都道府県などが指定する医療機関など（発熱外来）を受診して下さい。都道府県や、市町村、保健所から情報が提供されますので、随時チェックするようにして下さい。

Q 新型インフルエンザの治療方法はありますか。

A インフルエンザの治療に使われている抗インフルエンザウィルス薬が有効であると考えられています。また、予防のためのワクチンも備蓄中です。

治療薬、治療方法について、最新の知見が発表され次第、厚生労働省のホームページや記者会見などで広く情報提供し、国がとるべきしかるべき対応策について公表してまいります。

厚生労働省 感染症に関する情報より

「インフルエンザの予防注射は済みましたか？」

日一日と寒さが増してきました。美しい紅葉も風に乗って青空高く舞いながら秋を運んでいってしまいました。

冬の色が濃くなり、何となく心細いような気もしていますが、「一日一日を大切に、元気に楽しく過ごすことを積み重ねて、乗り越えていこう」とみなさんとお話ししております。

インフルエンザの話題も多くなってきましたね。新型インフルエンザについては、みなさんも不安な気持ちになられているのではないのでしょうか。

新型インフルエンザとは、動物、特に鳥類のインフルエンザウィルスが人に感染し、人の体内で増えることができるようになり、人から人へと効率よく感染できるように変化し、このウィルスが感染して起こる疾患が新型インフルエンザです。

このウィルスはいつ出現するか、誰にも予測することはできません。ほとんどの人は免疫をもっていませんので、これは容易に人から人へと感染して広がり、急速な世界的大流行を引き起こす危険性があります。「予防」と「治療法」については裏面をお読み下さい。

十一月の活動より



昔の風景です。蔵王連峰、お釜、牧場などのどかな風景ですね。

紅葉を表現した彩りの手形は、みなさん一人ひとりの手形です。実物のものもみじやいちようもきれいですね。白石川を新聞のちぎり絵で表現し、大河



原の名所 一目千本 桜をクレヨンで書き貼りました。



朝晩冷え込んできてきました。泉ヶ岳に初冠雪もあり、冬到来ですね。今月のテーマは大河原の

NPO法人ほっとあいからのご案内

「ほっとする・あったかい・助け合い・愛」

特定非営利活動法人ほっとあいは、平成10年の設立時より「住み慣れた地域で暮らしたい」と願う人々の思いに寄り添いながら活動を続けてまいりました。

その時々様々なニーズに対応するために多様なサービスを展開しています。

みなさまのまわりで、ほっとあいを必要とされる方がいらっしゃいましたら、担当の者までお声がけ下さい。

各事業の担当者がご相談を承ります。 ☎0224-52-8555

自主事業(住民参加型在宅福祉サービス)

- ・ファミリーサポートホームヘルプサービス
- ・外出支援・移動サービス
- ・ほっとあいの家(デイケア・ナイトケア)
- ・おしゃべりサロンほっとあい(毎週土曜日)

介護保険事業

- ・居宅介護支援・訪問介護・通所介護

障害者自立支援法

- ・ホームヘルプサービス

行政委託事業

- ・軽度生活支援・障害者等移動支援
- ・障害者等一時預かり

先日お茶会があり、

本格的なお茶をじっくり味わいながら、ただよみました。和菓子にはやっぱりお茶が一番ですね。



☆12月の行事予定

クリスマスコンサート12/16

地域の方もお招きして開催いたします。ご家族のみならず、さまざまぜひお越し下さい。

一緒に唄おう

誕生会

などなど

