

保健相談センターからのお知らせ

固健康づくり課 ☎(0575)78800



＋ ノロウイルスによる食中毒にご注意を！

ノロウイルスは、冬期を中心に急性胃腸炎を起こす食中毒のウイルスです。通常は2～3日で回復しますが、抵抗力の弱い乳幼児や高齢者が感染した場合、重症化する

＋ インフルエンザを予防しよう

インフルエンザは、例年11月から4月にかけて流行します。インフルエンザの症状は通常の風邪と異なり、38度以上の発熱や頭痛、関節痛・筋肉痛などが突然全身に現れます。また、小さな子どもや高齢者、免疫力が低下している方は重症化することもあります。インフルエンザにかからないよう、しっかりと予防しましょう。

予防のポイント

外出後や調理・食事前などには、必ずせっけん

食品(特に二枚貝)の取り扱いには十分注意し、中心部まで加熱調理してから食べましょう。加熱の目安は、85度以上で1分間以上です。

調理器具などは十分に洗浄し、熱湯や台所用漂白剤などで消毒しましょう。

嘔吐物、排せつ物などの処理にはビニール手袋などを使用し、直接手を触れないようにしましょう。また、消毒には台所用漂白剤を薄めたものが有効です。

下痢をしている場合は乳幼児との入浴を避け、最後に入浴するかシャワーのみにしましょう。

回復後もしばらくウイルスが排せつされるため、汚れた手などで食品に触れないよう注意しましょう。

〓 予防のポイント 〓

1



流行前にインフルエンザワクチンの予防接種を受けましょう。感染後の重症化防止にも有効です。

2



外出後は、必ずせっけんと流水で十分に手洗い・うがいをしましょう。

3



空気が乾燥すると、喉の粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。室内では加湿器などを使って適度な湿度を保ちましょう。

4



体の抵抗力を高めるために、日頃から十分な休養とバランスの取れた食事をしましょう。

5



人混みへの外出を控えるほか、外出するときはマスクを着用しましょう。

高座支部防火ポスターに 2点が採用決定！

固予防課 ☎(231)0968



▲中坊海斗さんの作品



▶横濱由人さんの作品

全国一斉 緊急情報伝達試験を実施します

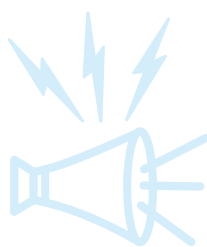
固危機管理課 ☎(235)4790

平成27年度海老名市防火ポスターコンクールの市長表彰および、県消防協会高座支部長表彰を受賞した、中坊海斗さん(有鹿小3年)と、横濱由人さん(大谷中3年)の作品が、ことしの高座支部防火ポスターに採用されること

が決定しました。

地震などの災害時に、全国瞬時警報システム「J・ALER T(ジェイ・アラート)」※で送られる国からの緊急情報を皆さんに確実に伝えるため、市内139カ所に設置している防災行政無線を使って、緊急情報伝達試験を行います。同試験では、夕方の定時試験放送と同じくらいの音量で、左記の放送内容を一斉に放送します。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※J・ALER T(ジェイ・アラート)地震・津波や武力攻撃などの発生時に国から送られる緊急情報を、人工衛星などを活用して瞬時に情報伝達するシステムのこと。



◆放送日時 11月25日(水)11時ごろ

◆放送内容

- ①上りチャイム
- ②「これは、テストです」×3回
- ③「こちらは、ぼうさいえびなです」
- ④下りチャイム



防災行政無線を使った試験です。また、防災ラジオでも試験情報が流れます。災害とお間違いないよう、ご注意ください。