


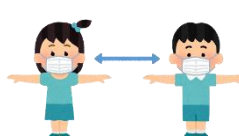


令和4年もあと残り1か月です。「新しい行動様式」の生活が始まり、3年が過ぎようとしています。最近、「ウイズコロナ」と言われ、コロナ対応に十分注意しながら日々の生活をより普通に過ごすことができるよう求められています。この後、寒さが厳しくなり、インフルエンザとコロナの二つの感染症の対応が求められます。油断せずに予防と対応を心がけましょう。



最近のコロナウイルス(オミクロン BA.5)とインフルエンザについて



	新型コロナウイルス感染症 (オミクロン BA.5)	インフルエンザ
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ○潜伏期間が(平均2.4日)と短く感染力が強い。 ○38℃以上の発熱と倦怠感から始まる。 ○息がしづらい。 ○回復に時間がかかる場合もある。 ○再感染の可能性もある。(以前にコロナに感染したことがある。) 	<ul style="list-style-type: none"> ○潜伏期間が短くすぐに発症するので自覚できる。 ○のどや鼻にウイルスが付着するので肺炎にはなりにくい。 ○気温が下がる冬に流行する。
主な症状	<ul style="list-style-type: none"> ○強い倦怠感、38℃を越える発熱 ○咳や痰、せーせーといった呼吸器の症状がある。 ○微熱や倦怠感が、長く続くことがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ○悪寒○急な発熱○関節・筋肉痛 ○頭痛○疲労感○喉の痛み○咳 ○食欲不振
治療	<ul style="list-style-type: none"> ○世界中で多くの薬が臨床治験中だが、既に医療機関から処方されている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○抗ウイルス薬が複数ある。
無症状	<ul style="list-style-type: none"> ○無症状でもウイルスの量は多く感染力が強い。 ○重症化は不明。数%~50%が無症状とされている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○無症状の場合、ウイルスの量は少ない。
感染予防	 <p>丁寧な手洗いでウイルスを付けない。</p>  <p>マスクの着用で人にうつさない。</p>	<p>密着・密集を避けるために距離を保つ。</p>  <p>密閉を避けるために換気をしよう。</p> 

* 季節性インフルエンザがごくわずかながら乙訓でも5ヶ月ぶりに報告されています。全国的にも微増となっており、今後の動向に注意が必要です。

感染症の予防には消毒と手洗いが大事です。

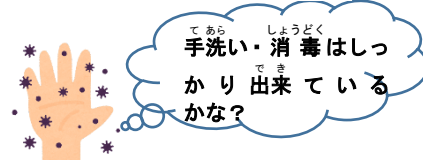
今一度丁寧に出来ているかどうか見直しましょう。



てあら ほうほう
手洗いの方法

1 流水で洗う 	2 石けんを手取る 	3 手のひら、指の腹面を洗う 	4 手の甲、指の背を洗う
5 指の間(側面)、股、付け根を洗う 	6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う 	7 指先を洗う 	8 手首を洗う(内側・側面・外側)

インフルエンザの感染者情報では、今年度の第44週(10/31~11/6)時点で、京都府では少ないですが発生しています。乙訓地域では、手足口病も流行しており警戒レベルを超えています。今後、寒さが増して感染者が増加するかもしれませんのでくれぐれも注意していきましょう。



おも
なんかおかしいな...と思ったら
はや じゆしん ころ
早めの受診を心がけましょう。

がつ ほけんぎょうじ
12月の保健行事

5日(月)	はついくそくてい こう 発育測定(高)
8日(木)	はついくそくてい しょう 発育測定(小)
9日(金)	はついくそくてい ちゆう 発育測定(中)

さむ ふゆ げんきの き
寒い冬を元気に乗り切ろう

さむ~い冬を乗り切るあったかアイテム

した ぎ
下着

厚着をする前に、下着を1枚着てみましょう。暖かさが違います。

てぶくろ
手ぶくろ

寒い外は、手ぶくろをして元気に手をふって振きましょう。体もぼかぼかしてきますよ。

マフラー

首を温めると体が温まります。ハイネックのセーターやシャツもおススメです。

参考資料 * 京都府感染症予防センター、厚生労働省、感染症サーベイランス 各HP より

