

新型インフルエンザ対策 について知ろう



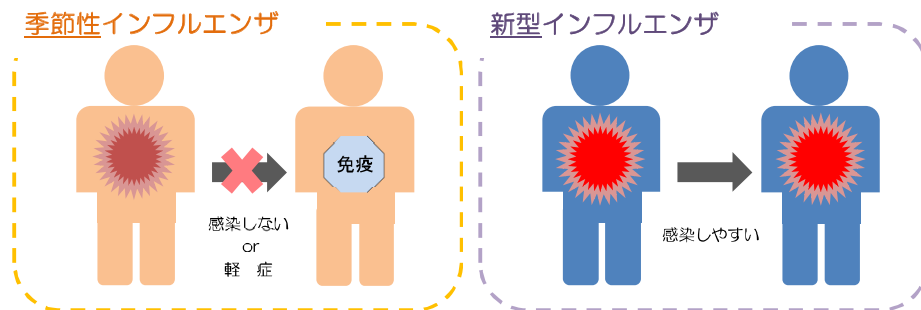
高崎市保健所
マスコット KUMAZO

(1) 新型インフルエンザとは？

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスが体のなかで増えて、熱やのどの痛みなどの症状を引き起こす病気です。

ほとんどの方は、これまでにインフルエンザにかかったことがあると思いますが、一度かかると、その原因となったウイルスに対して抵抗する力（これを免疫といいます）が高まります。みなさんも「香港 A 型」「ソ連 A 型」などというインフルエンザを聞いたことがあると思いますが、従来から流行しているこれらの季節性インフルエンザに対しては、多くの方が免疫をもっていますので、感染しにくくなるか、感染しても比較的軽い症状で済みます。

それに対して、新型インフルエンザとは、季節性インフルエンザとは大きく異なる新しい型のインフルエンザウイルスが、人から人へ感染するものをいいます。新型インフルエンザは、新しい型のウイルスのため、ほとんどの人が免疫をもっておらず、人から人へ感染しやすいことから、世界的な大流行（これをパンデミックといいます）になるといわれています。



(2) インフルエンザにかからない・うつさないために

手洗い

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先から帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。



咳エチケット

咳やくしゃみが直接人にかからないようにしましょう。

- ティッシュなどで鼻と口を覆う
- マスクを着用する
- 周囲の人からなるべく離れる

(3) インフルエンザにかかってしまったら

早めの受診

かかりつけ医などに、電話で発熱などの症状を伝えてから受診しましょう

安静と休養

少しでも発熱などの症状がある場合は、なるべく自宅で安静にして、十分な休養をとりましょう

十分な水分摂取

発熱などにより大量に発汗しますので、こまめに水分補給を行いましょう

不要な外出の自粛

周りの人にうつさないように、不要な外出は控えましょう

マスクの着用

咳やくしゃみが直接人にかからないように、マスクを着用しましょう

(4) 新型インフルエンザが発生したら

新型インフルエンザが発生すると、国、県、市それぞれに対策本部ができます。この対策本部を中心に、市民、市役所、医療機関、事業者などが協力し合って新型インフルエンザ対策を行うことになります。

心構え

- よく知る**
まずは新型インフルエンザを知ることが大事
- 自分自身を守る**
自分の身は自分で守る
- 人にうつさない**
家族や周りの人を守りましょう
- 冷静に対応する**
不要な混乱は避けましょう

市民の役割

- 日頃から情報を収集し、その対策に関する知識を得る
- 食料品・生活必需品等を備蓄する
- 発生したら・・・
- 個人レベルでの感染対策を実践する
- 住民接種の実施など対策本部から出される情報を収集する

備蓄品の例

新型インフルエンザへの感染を避けるためには、感染者との接点を極力減らすため、不要不急の外出をしないことが重要です。また、発生直後などは、食料品の需要が一時に集中し、思うように手に入らないおそれもありますので、計画的に備蓄しましょう。

1 飲料水・非常食

- ミネラルウォーター
- 野菜類
- 調味料
- 米・乾パン・切り餅
- インスタント食品
- 菓子類
- 缶詰
- レトルト食品
- など

2 生活用品

- ティッシュペーパー
- トイレトペーパー
- その他生活必需品

※地震などの災害に備えた備蓄品と兼ねて備蓄しましょう

具体的にどのように対応していくかは、「高崎市新型インフルエンザ等対策行動計画」に記載してありますので、ぜひ一読を。

高崎市新型インフルエンザ等対策行動計画とは？

新型インフルエンザ等が発生した場合に、国民の生命及び健康を保護し、国民生活及び経済に及ぼす影響が最小となるようにすることを目的に、新型インフルエンザ等対策特別措置法が施行されました。市は、この法律の施行に伴い、新型インフルエンザ等に対して万全の体制を整備することなどを盛り込んだ「高崎市新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定しました。

この計画では、対策の目的や戦略を明確にし、それらを実現する具体的な対策について7項目に分けて計画しています。この計画をもとに、市民、市役所、医療機関、事業者などが一体となって新型インフルエンザ対策を行っています。



高崎市新型インフルエンザ等対策本部

新型インフルエンザが海外で発生すると、市は市長を本部長とする新型インフルエンザ等対策本部を設置します。

対策本部で、新型インフルエンザへの対策方針や市民を対象とした予防接種の開始時期などを決定しますので、対策本部から出される情報に注意してください。

・・・ちょっと豆知識・・・

新型インフルエンザが流行すると、市役所や事業者ではそれぞれの「業務継続計画」に基づき、**業務が中止、縮小**されます。業務継続計画とは、新型インフルエンザが流行した際、最大で40%の従業員が欠勤すると想定されていますので、限られた人数で必要最低限の業務を継続するための計画です。

市役所では、イベントや講演会など多数の人が集まるような業務は中止し、窓口などは縮小します。皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。



◎ 新型インフルエンザが海外で発生していたら・・・



Point ① 少しでもおかしいなと思ったときは、医療機関に受診する前に、必ず市が設置する「**帰国者・接触者相談センター**」に電話してください。

Point ② 新型インフルエンザが流行する前は、かかりつけ医などの**一般の医療機関では受診できません**。必ず「帰国者・接触者相談センター」に電話してください。

「帰国者・接触者相談センター」の電話番号や予防接種の開始時期などの対策本部からの情報は、発生後、市ホームページや広報などでお知らせします。

■ 高崎市保健医療部（高崎市保健所）保健医療総務課

電話 027-381-6111 FAX 027-381-6124

Mail hoken-soumu@city.takasaki.lg.jp 平成26年12月作成