



ヘルスイنفォメーション

Health Information

しもつけワイズ

「正解は②」

詳しくは、24ページをご覧ください。

お知らせ

■ 集団検診の日程追加について(がん検診のみ)

集団検診の日程を二日間追加しました。まだ検診を受診していない方は、この機会にぜひお受けください。

①2月4日(日)

ゆうゆう館

②2月14日(水)

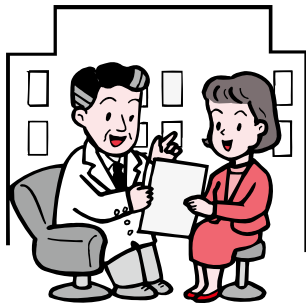
きらら館

※どちらも当日の受付時間は午前7時40分から10時までとなっております。

■ 申し込み

健康増進課へ電話にてお申し込みください。

※申込人数が定員になり次第締め切ります。



■ 冬の感染症にご注意ください

ノロウイルス感染症

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、特に冬季に流行します。手指や食品などを介して、経口で感染し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。子どもやお年寄りなどでは重症化することがあります。

予防ワクチンがなく、また、治療は点滴などの対症療法に限られます。

■ 予防対策

- ・患者の便や吐ぶつには大量のウイルスが排出されるので、食事の前やトイレの後などには、必ず手を洗いましょう。
- ・下痢やおう吐等の症状がある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。
- ・胃腸炎患者に接する方は、患者の便や吐ぶつを適切に処理し、感染を広げないようにしましょう。
- ・食材はしっかりと加熱・調理し、調理器具等は使用後に洗浄、殺菌しましょう。

詳しくは、厚生労働省ホームページ「ノロウイルスに関するQ&A」をご覧ください。

インフルエンザ

インフルエンザは突然の発熱、のどの痛み、せき等の呼吸器障害のほか、頭痛、関節痛などの全身症状が現れます。持病がある人、妊婦、乳幼児、高齢者は重症化の恐れがありますので、早めの受診が必要です。

■ 予防対策

- ・外出後には手を洗いましょう。
- ・人ごみを避けましょう。
- ・普段から十分な栄養と休養をとり体調管理に気をつけましょう。
- ・咳、くしゃみが出るときは、マスクを着用しましょう。

○かかったかな?と思ったら

・医療機関で受診しましょう。その際は必ずマスクを着用してください。

・診察の結果、インフルエンザと診断された場合は自宅療養に努めてください。周囲の方への感染を防ぐため、熱が下がってから2日程度、症状が治まった翌日から7日程度は外出を控えてください。

■ よい歯のコンクール表彰式

栃木県主催の平成29年度よい歯のコンクール表彰式が平成29年11月30日に栃木県歯科医師会館で行われました。

下野市からは、親と子のよい歯のコンクール部門で眞下祥子さん・史士さん、三歳児よい歯のコンクールで大栗柚奈さんが優秀賞を受賞されました。おめでとうございます。これからも歯の健康管理を継続して行っていきましょう！

また、来年度もよい歯のコンクールを開催する予定です。詳細については広報4月号号にてお知らせします。



大栗柚奈さん



眞下祥子さん・史士さん