

新型インフルエンザ対策

シリーズ①「今月から4回シリーズで特集します」

新型インフルエンザの感染者が世界中で増え続けています。世界保健機関（WHO）ではウイルスの警戒水準を「フェーズ6（大規模流行期）」としており、国内でも各地で感染者が出ています。H1N1ウイルスは、現状では感染力は強いものの、毒性

はあまり強いものではありませんが、タミフル耐性ウイルスも確認されるなど、油断はできません。

人類にはこの新型インフルエンザに対してまだ免疫がなく、人の生命・健康に重大な影響を与える恐れがあること、全国的かつ急速

問 今回の新型インフルエンザとは何？

メキシコや米国等で確認された豚に由来する新しいインフルエンザで「H1N1型」と呼ばれるタイプであり、1918年に発生したスペイン風邪や現在も冬に流行する季節性のインフルエンザ「Aソ連型」と同じグループに属します。豚から人に感染するだけでなく、新たに人から人へ伝染する能力を有することとなったウイルスを病原体とするインフルエンザです。これを感染症法の中の新型インフルエンザ等感染症に位置づけ、

感染の拡大を防止する様々な対応が国際的な連携のもとに進められています。

問 新型インフルエンザの感染はどのように広がるの？

新型インフルエンザは、多くの人が免疫を持つていないため、通常のインフルエンザに比べると感染が拡大しやすく、多くの人が感染することが考えられます。感染経路は通常のインフルエンザと同様で、咳やくしゃみとともに放出されたウイ



ルスを含み込むことによっておこる「飛沫感染」と、ウイルスが付着したものにふれた後に目、鼻、口などに触れることで、粘膜・結膜などを通じて感染する「接触感染」が考えられています。

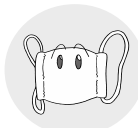
問 季節性インフルエンザよりも重症化しやすいの？

現時点では、ウイルスの感染力やウイルスがもたらす病原性等について未解明な部分がありますが、今回の新型インフルエンザについては、季節性インフルエンザと同様に感染力が強いものの、多くの患者が軽症の

インフルエンザの予防方法

■マスクを着用する

◇咳やくしゃみの飛沫を吸い込んだり、ウイルスの付いた手が鼻・口に触れるのを防ぎます。
◇流行時に備えマスクを備蓄をしておきましょう。一人当たり20～25枚程度（流行期間は8週間を想定）が目安と考えられます。（マスクは不織布のものが好ましい）



■手洗い・うがいをこまめにする

◇石けんを良く泡立てて、手首、手のひら、手の甲、指の間、爪の間まで念入りに洗いましょう。
◇うがいは、のどの奥までしっかり行いましょう。



■不要不急の外出を控えましょう

■十分な睡眠と栄養で、日頃から身体の抵抗力を高めておきましょう

まま回復していると考えられています。一方で、糖尿病やぜんそく等の基礎疾患がある方等を中心に重症化する例が報告されています。また、今後ウイルスが変異し毒性が強いものに変化していく可能性もあります。

問 インフルエンザが疑われる症状があったらどうすればいいの？

急な発熱、咳、のどの痛み、筋肉痛、頭痛、だるさ、下痢などインフルエンザが疑われる症状があったら、医療機関に行く前にかかりつけの医師へ電話で相談してください。かかりつけ医が

いない場合は、北信保健福祉事務所（旧保健所）の相談窓口で電話で相談し、受診に関する指示に従ってください。また受診の際は必ずマスクをしてください。

■北信保健福祉事務所
電話相談窓口
◇午前8時30分～午後5時15分 ☎624281
◇夜間・休日 ☎090(7819)1550

飯山市新型インフルエンザ警戒本部
◇保健福祉課 健康増進係 ☎623111 内線181
◇庶務課 消防防災係 ☎623111 内線339

平成22年度採用予定

北信広域連合職員を募集します

試験区分・採用予定人員
初級介護員等（介護・調理・事務）：若干名
受験資格（次の事項すべてを満たす方）

①日本国籍を有する方
②昭和49年4月2日～平成4年4月1日までに生まれた方で、かつ高等学校卒業程度の学力を有する方
③平成21年6月1日現在で、北信広域連合組織市町村（飯山市・中野市・山ノ内町・木島平村・野沢温泉村・栄村）に住民登録してあり、将来も居住予定の方。

ただし、勉学等で組織市町村以外の市町村に居住しているも、父母等が組織市町村に居住している方はこの限りではありません。

※地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当する方は受験できません。

第1次試験

・日時：9月20日（日） 午前8時15分～受付
・会場：中野市豊田支所
※2次試験は10月下旬を予定（1次試験合格者に通知）
1次試験内容：一般教養論文、職場適応性検査・一

般性格診断検査
受験手続

◇申込受付期間

7月13日（月）～8月10日（月）
（土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時30分）

◇申込方法：受験申込書

に本人が必要事項を記入し北信広域連合事務局まで持参するか、確実な方法で郵送してください。

※申込書は北信広域連合事務局、組織市町村の役所・役場、北信広域連合各施設にあります。

お問い合わせ

北信広域連合事務局
☎0269385050

新しいごみ処理施設「エコパーク寒川」施設利用のご案内

新しいごみ処理施設「エコパーク寒川」では、ごみ処理施設のほかに、地域の皆さんにご利用いただくことができる便利な施設が備えられています。使用を希望される方は、下記の事項に留意のうえ、エコパーク寒川（☎69-1085）までお申し込みください。



●ご利用いただける施設

屋外給湯施設（ゆで場、野菜洗い場など）、浴室（男湯・女湯）、研修室（100名収容可能）、展示コーナー、情報学習コーナー、工房（ガスコンロ、炊事場）

●利用時間

月曜日～金曜日 午前9時～午後5時
（お風呂は午後2時～午後5時30分）

●次の事には利用できません

- ・営利を目的とした利用
- ・特定の宗教活動、政治活動のための利用
- ・未成年者のみの利用
- ・飲酒を目的とした会合、宴会
- ・公共の秩序・衛生・風紀を損なうもの
- ・個人的な使用（屋外給湯施設、お風呂を除く）

学校・地域の皆さんが簡単に楽しめるスポーツを紹介

ニュースポーツ講習会

簡単に覚えられて、子どもから大人まで楽しむことができる「ニュースポーツ」の講習会を下記のとおり行います。人気の「ソフトディスクアルティメット」など、体育指導員がわかりやすく親切に講習しますので、ぜひ参加いただき、地域の行事・学校の行事などで楽しんでみませんか。（事前のお申し込みは必要ありません）

■開催日（いずれも木曜日）

7月9日、7月23日、8月20日、10月22日、11月19日、12月17日

■時 間 午後7時～8時30分

■会 場 市民体育館

■参加料 無料

■持ち物 上履き、筆記用具

こんなニュースポーツをご紹介します

●キンボール

直径122cm、重さ約1kgの「キンボール」を使い、4人1組で構成された3チームがコート内でヒット（サーブ）やレシーブを繰り返して得点を競うゲーム。



●ソフトディスクアルティメット

ウレタン製のとても柔らかいフライングディスクを使い、ディスクをパスでつなぎながらゴールを目指すスポーツ。1チーム6人により多くゴールしたチームが勝利となる。



お問い合わせ

スポーツ生涯学習課スポーツ振興係
☎62-3111 内線353、354