乳幼児の保護者の方へ

新型インフルエンザについて

八戸市内でも、新型インフルエンザの感染者が発生しており、今後、感染の広がりが予想されます。乳幼児や基礎疾患（糖尿病・心臓病・腎臓病・ぜんそくなど）をお持ちの方は、新型インフルエンザに感染すると、症状が重くなる場合があります。感染予防を心がけ、症状がみられたら、速やかに、かかりつけの医師に連絡し、受診方法を確認してから受診しましょう。

● 予防策は？

新型インフルエンザは、季節性インフルエンザと同様の予防方法で感染を防ぐことができます。

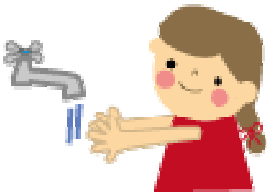
◎ 日頃から栄養と休養を十分に取り、体調を整えて抵抗力をつけましょう

◎ こまめに手洗い、うがいをしましょう

◎ 咳やくしゃみをするときは「せきエチケット」※を心がけましょう

◎ 感染を避けるために、必要時以外の外出は控え、人の多くいる所へ外出する際はマスクを着用しましょう。

・せきやくしゃみがでている人はマスクをするように心がける
・せきやくしゃみをする場合には、ﾃｨｯｼｭﾍﾟｰﾊﾟｰで口と鼻をおおい、他の人へ顔を向けないようにする
・鼻水やつばなどを含んだﾃｨｯｼｭﾍﾟｰﾊﾟｰはすぐに蓋付のゴミ箱に捨てる



● 医療機関の受診は？

◎急な発熱、せきやのどの痛みなどインフルエンザのような症状のある方は・・・

※下記の症状を認める場合も注意してください
- 呼吸が速い、息苦しそう
- 顔色が悪い
- 嘔吐や下痢が続いている
- 落ち着きがない、遊ばない、反応が鈍い
- 症状が長引いて悪化してきた

→

1）かかりつけの医療機関へ
2）**直接行かずに必ず電話してから**
3）医療機関の指示に従って
4）マスクを着用して
受診するようにしてください

※ どこの医療機関を受診すればよいのかわからない、電話をしたが医療機関にうまく話が伝わらないなどの場合は、下記に電話でお問い合わせください。

▼ 八戸保健所　　電話番号　０１７８－２７－５１１１
受付時間　午前８時３０分　～　午後５時３０分

▼ 県保健衛生課　　電話番号　０８０－１８４４－９４９９
（夜間の場合）　　受付時間　午後５時３０分　～　午前８時３０分

※ 医療機関がわからないときは、あおもり医療情報ネットワークで調べることができます。**県庁ホームページ**［ http://www.pref.aomori.lg.jp/ ］のトップページ左にある**「救急医療情報」**をクリックして医療機関を検索してください。また、夜間休日に診療可能な医療機関を電話・ＦＡＸで案内しています。［電話　０１２０－７３－３６２０］

問い合わせ　八戸市健康増進課
43-2111　内線２９１