

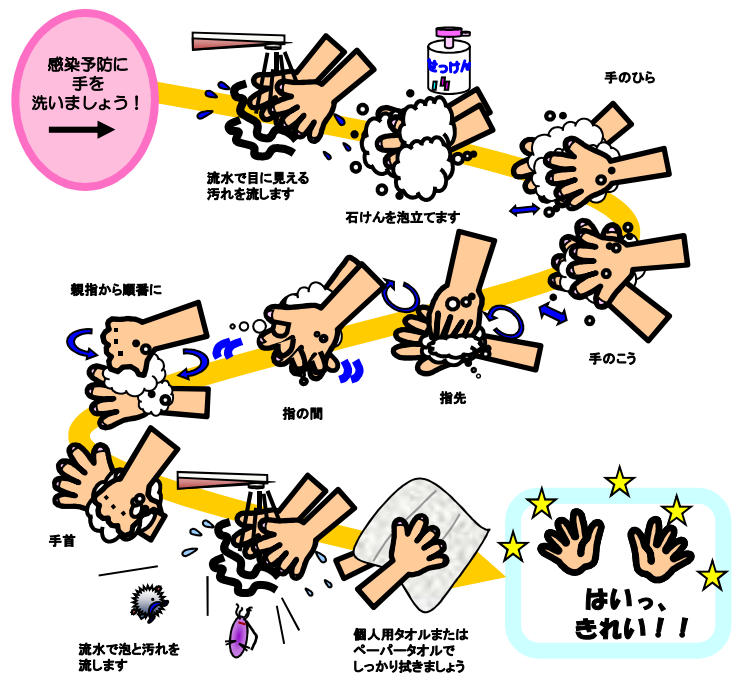
インフルエンザが流行シーズン入りしました!

◆ 県内の流行状況

- インフルエンザの患者数が、県全体で流行開始の目安(基準値1)を上回りました。
- 学校等の臨時休業(学級閉鎖等)は、11月下旬から増加しています。

◆ どんな病気?

- インフルエンザウイルスによる感染症です。突然の発熱で発症し、上気道炎症状や全身倦怠感、頭痛、筋肉痛などを伴います。
- 症状はふつうの「かぜ」とは異なり、完全に回復するのに1週間以上かかることがあります。
- 重症化しやすい人(持病のある方、高齢者、小さいお子さん、妊娠中の方など)は、特に注意が必要です。



◆ かからないためには?

- 石けんでの手洗いを励行しましょう。
- 予防接種を受けましょう。
- 十分な睡眠と栄養をとりましょう。
- できるだけ人混みを避けましょう。

◆ うつさないためには?

- 咳などの症状がある人は、咳エチケットを守りましょう。
- 咳・くしゃみをするときは、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周囲の人から顔をそむけましょう。
- 使用後のティッシュは、すぐにフタ付きのゴミ箱に捨て、手を洗いましょう。
- 児童・生徒などは、学校保健安全法により出席停止になります。



★ 県内のインフルエンザの詳細情報はこちら: <http://www.pref.gunma.jp/02/p07110015.html>