

物流が停止  
ライフラインが停止  
公共交通機関がマヒ

バスや電車を動かす人、電気や水道、ガスなどを供給する人、商店の店員やさまざまな会社で働く人などが、新型インフルエンザにかかって仕事ができなくなると、私たちの日常生活はマヒするおそれがあります。そのため、日常からの対策と準備をしておくことが大切です。

## ● 家庭でできるインフルエンザ等対策

流行前から備えましょう!!



### 備え① うがい・手洗い・マスクがあなたを守る

感染者の咳やくしゃみ、つばきに含まれるウイルスを吸い込むことで感染（飛沫感染）します。外出後はうがいと手洗いを徹底して体についたウイルスを除きましょう。マスクで防ぐことも大切です。

感染を広げないために…守ろう「咳エチケット」

マスクをしていないときに、咳やくしゃみをする時は、ティッシュなどで口と鼻をおおい、顔を他の人には向けずに、できれば1メートル以上離れましょう。鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにフタ付きのゴミ箱（フタがなければ袋に入れて）捨ててください。

※咳エチケットは、ふつうのインフルエンザも新型インフルエンザ等も同じ対策です!

### 備え② 備蓄は最低でも2週間分を

新型インフルエンザ等の最大の防御法は、外出を控えること。場合によっては都道府県などから「自宅待機」の要請が出ることもあるので、災害対策と同時に食料や日用品などを備蓄しておきましょう。

## 「揖斐川町新型インフルエンザ等対策行動計画」を作成しました

揖斐川町では平成25年4月「新型インフルエンザ等特別措置法」を受け、国・県の行動計画を踏まえ、「揖斐川町新型インフルエンザ等対策行動計画」を策定しました。

この行動計画は、感染拡大を可能な限り抑制し、町民の生命及び健康を保護することと、町民の生活及び経済に及ぼす影響が最小になることを目的としています。

今回策定した行動計画には、町の新型インフルエンザ等対策の基本方針や、未発生期から小康期に至る各段階の具体的な対策を示すとともに、指定（地方）公共機関や特定接種、住民への予防接種、緊急事態宣言時の対応などを盛り込んでいます。

\*計画につきましては揖斐川町ホームページに掲載しています。

予防法・  
対策を知ろう

# 新型インフルエンザ等

新型インフルエンザ等は発生時期や地域、感染力などの予測がつきにくく、またそれに対抗するワクチンを有していないことから、大きな健康被害とこれに伴う社会的影響をもたらすことが懸念されています。このため、病原性が高く感染拡大の恐れのある新型インフルエンザ等が万一発生すれば、町民の生命や健康、経済に大きな影響を与えかねません。このことを念頭に各自でできる予防法を参考に日頃から意識いただき、感染予防に努めていただくことも重要です。

## ● 新型インフルエンザ等とは？

これまで人の間で流行を起こしたことがないインフルエンザウイルスが、トリやブタの世界から人に入り、新たに人から人に感染するようになったもの、またはかつて世界的規模で流行したインフルエンザで、その後流行することなく長期間が経過し、現在の国民が免疫を獲得していないインフルエンザです。

また、未知の感染症である新感染症の中でその感染力の強さから新型インフルエンザと同様に社会的影響が大きいものが発生する可能性があります。

## ● ふつうのインフルエンザとどう違うの？

「ふつうのインフルエンザ」と「新型インフルエンザ等」は違います！

1. 新しく現れたインフルエンザなので、誰も免疫を持っていない
2. 世界的に大流行をおこすことがある
3. 感染するとウイルスに抵抗する力がないために重症化することがある
4. 新しいウイルスなので、ぴったりのワクチンがない

## ● もし新型インフルエンザ等が発生したら・・・？

【大流行】ヒトは新型インフルエンザ等に対して免疫を持っていないため、発生したらすぐにヒトからヒトへと感染して広がり、大流行を起こす危険性があります。電車やバス、飛行機などの発達により、世界や日本のどこで発生しても、短期間にまん延すると考えられます。

### 想定される最悪な事態は？

感染者 人口の1/4  
受診者 約2,500万人  
入院者 約53万～200万人  
死者 17万～64万人  
※国内被害想定数値

過去に流行したデータを基に推計。  
あくまでも推計値のため、これを上回る可能性もあります。

揖斐川町国民健康保険に加入している40歳～74歳の皆さまへ

8月から、特定保健指導が始まります！

6月～7月に実施した特定健康診査は、受診しましたか？健診の結果は、お手元にありますか？

健診の結果は、受診した医療機関に必ず受け取りに行きましょう。結果説明も同時に行われます。

この健診結果から、メタボリックシンドロームによる生活習慣病のリスクが高いと判定された方に対して、特定保健指導を実施します。

保健指導では、保健師や栄養士から、個別に生活習慣病の予防改善のためのアドバイスを受ける事が出来ます。また、栄養や運動についての教室を行うなど、生活習慣改善に向けてのサポートを行っています。

対象者の方には、保健指導のご案内を送付します。積極的にご利用下さい。

対象者以外の方でも、生活習慣病の予防改善に関する相談等が出来ます。お気軽にご相談下さい。

【お問合せ先】

揖斐川保健センター

TEL 23-15511



法律とこころの健康のための相談会

生活苦、病苦等……「死にたいと思うことは誰にだってある。だから話そう！」弁護士や臨床心理士の専門家に相談することで、負担が軽くなるかもしれません。

「法律とこころの両面」から不安や悩みの軽減を図ることを目的に、相談会を開催します。お気軽にご利用ください。

内容 ① 弁護士による「法律相談」

② 臨床心理士による「心の健康相談」

日時 8月12日(火)

9月17日(水)

3月5日(木)

13時30分～16時30分

会場 西濃総合庁舎

2-1、2-3会議室

申し込み方法

電話にて事前予約

(1人50分程度、各先着3人まで)

申し込み先

岐阜県西濃保健所健康増進課

保健予防係

電話0584-73-1111

内線275

町民特別講座

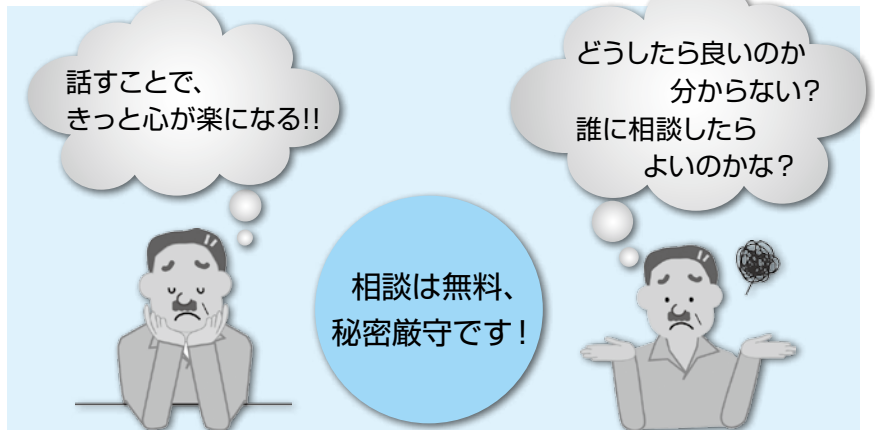
糖尿病は予防できる！

～怖くない病気の話～

今から出来る健康管理★

揖斐川町に多いと言われている「糖尿病予備群」って、何か知っていますか？

この「糖尿病予備群」、実は生活習慣を見直すことで改善出来ると言われています。



「糖尿病予備群」って何？

このまま生活を見直さないと、どうなるの!?



日時 8月25日(月)

受付 13時～13時30分

お知らせ 13時30分～14時

講演 14時～15時30分

場所 揖斐川町役場3階防災対策室

講師 春日診療所長 太田浩 先生

主催 揖斐川町

※保健推進員の研修会を兼ねて実施いたします。

参加ご希望の方は、揖斐川保健センターまでお申込み下さい。

お問い合わせ・お申込み

揖斐川保健センター

TEL 23-15511

FAX 23-15518

23-15518

## 北方小学校6年生

### 認知症サポーターになりました。

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者（サポーター）」の養成講座が、7月2日、北方小学校で開催されました。

春日診療所の太田浩医師、キャラバンメイトの宮川靖子さん、栗野みねおさんが講師を務め、「認知症とはどんな病気か知る」、「認知症の人の接し方を知る」を目標に、6年生の児童17人が学びました。

認知症の方との接し方の練習では、「孫役」担任の玉置先生と「おばあちゃん役」栗野さんの失敗例の寸劇を見ました。それを参考に、孫の対応を2人1組で考え、ロールプレーをしました。

#### ☆講座のポイント☆

- ・認知症では少しづつ苦手になる。できるところとできないところがある。人それぞれ。
- ・嬉しい、悲しいの感情は残る。
- ・認知症になり、失敗してしまう。↓「大丈夫だよ」と分かってあげる。↓嬉しい気持ちになる。↓認知症がゆっくり進む。

#### ☆ロールプレーの紹介☆

場面：おばあちゃんに運動会の招待状をあげました。数日後、「おばあちゃん、明日運動会来てね！」と誘うと、  
 おばあちゃん「そんなこと聞いてないよ」  
 孫「なら、もう一回教えてあげるね…」  
 おばあちゃん「教えてくれて、ありがと」  
 孫「小学校最後の運動会だから、必ず来てね」

おばあちゃん「楽しみだね。頑張ってる」

：おばあちゃんは、すっかり招待状をもらったことを忘れていましたので、失くしたことを責めずにもう一度教えてもらえると嬉しいです。優しく穏やかな話し方で、ロールプレーの発表を行ってくれました。

児童の感想では、「認知症の人にも嬉しい楽しいなどの感情が残っていることがわかった」、「認知症じゃなくても、高齢者に優しく接したい。仲良くしたい」などがありました。

講座の最後には、認知症を支援する「目印」であるプレスレット（オレンジリング）をつけて写真撮影をしました。

#### ★出前講座を受け付けます★

地域での開催をご希望の場合は、福祉課（地域包括支援センター）23-1341へご連絡ください。



## 「今月の「おたっぴ教室」」

おたっぴ教室は介護保険の要介護認定を受けていない高齢者を対象とした運動機能向上プログラムです。生活に必要な動作を広げる運動やストレッチを講師の指導で楽しく行います。お気軽にご参加ください。

各会場、月1回開催！

参加無料！

申込不要！

受付 9時30分～  
 教室 10時～11時30分頃

日程	会場	部屋
8月7日	小島公民館	集会室
8月21日	揖斐公民館	和室
8月27日	役場	3階防災対策室

対象 65歳以上  
 持ち物 運動できる服装・靴 タオル 飲み物

自分のことは自分でできる  
 体を保ちたい

足腰を丈夫にしたい

そんなあなたに  
 おすすめの、教室だよ！



お問い合わせ先

役場福祉課（揖斐川町地域包括支援センター）  
 TEL 23-1341