

新型コロナウイルス感染症について

国内の新型コロナウイルスの新規感染者数が連日1,000人規模となり、感染拡大の新たな局面に入ったと考えられます。10月23日、新型コロナウイルス感染症対策分科会より『感染リスクが高まる「5つの場面」』の提言がありました。5つの感染リスクが高まる場面が、みなさまの生活の中に潜んでいないか、今一度確認してください。

感染リスクが高まる5つの場面

場面① 飲食を伴う懇親会等 場面② 大人数や長時間におよぶ飲食 場面③ マスクなしでの会話
 場面④ 狭い空間での共同生活 場面⑤ 居場所の切り替わり（休憩室、喫煙所、更衣室など）

“ノロウイルス”による食中毒に注意しましょう！

ノロウイルスによる食中毒は12月から翌1月に最も多く発生する傾向があり、非常に感染力が強いのが特徴です。このウイルスは、乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層に、感染性胃腸炎（主な症状は嘔吐、下痢、発熱）を起こします。

感染を広げないために食事や調理の前、トイレの後などは必ず手を洗いましょう。また加熱処理は、ウイルスの活性を失わせるための有効な手段です。特にカキなどの二枚貝は生食を避け、中心温度85～90℃で90秒以上かけて火を通してから食べるようにしましょう。

HPVワクチンについて

ヒトパピローマウイルス（HPV）は、女性の多くが生涯で一度は感染するとされている一般的なウイルスです。HPVに感染しても、ほとんどの人は自然に消えますが、一部の人で子宮頸がん等の原因になることがあります。

HPVワクチンは、小学校6年生～高校1年生相当の女性であれば公費で接種することができます（一部自己負担金があります）が、接種後に出現する広範な疼痛、運動障害等の重篤な症状・副反応が報告されているため、積極的な勧奨を一時的に控えています。一方、HPVワクチンを接種することで、ヒトパピローマウイルスへの感染を防ぎ、子宮頸がんを予防できると期待がされています。情報をご確認いただいた上で、接種をご希望される人は、保健センターまでお問い合わせください。

詳しくは下記URLをご覧ください。

厚生労働省「ヒトパピローマウイルス感染症～子宮頸がん（子宮けいがん）とHPVワクチン～」

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekaku-kansensyou28/index.html>

特定健診・すこやか健診の受診はお済みですか？

血糖値が高くてもほとんど自覚症状がないため、気付かないうちに高血糖が続き血管を傷つけてしまいます。細い血管が集まる腎臓・目（網膜）・末梢神経に影響を及ぼしたり、太い血管で動脈硬化が進み心筋梗塞、脳梗塞の引き金となります。このような危険性を含め、自分の身体の状態を知るために、年に一回特定健診・すこやか健診を受けましょう。

40歳以上の国民健康保険被保険者で特定健診をまだ受けていない人は、町指定医療機関（おおくま内科クリニック以外）で12月19日（土）まで受診が可能【予約制】です。

また、75歳以上の方はすこやか健診を受診していただくことができます。

受診日までに受診票のピンク色枠内の「受診者署名」と「問診項目」の記入をお願いします。健診当日は体温測定をして平熱で下記の症状がないことを確認し、マスクを着用して医療機関に行きましょう。

受診票をお持ちでない人は、再発行しますので保健センターまで電話でお知らせください。

〈健診を受けられる人へのお願い〉

- ・鼻水、せき、のどの痛み、たん、頭痛、嘔吐、寒気、微熱といった風邪症状がある。
- ・息切れ、呼吸困難感、倦怠感（身体のだるさ）がある。
- ・嗅覚（におい）や味覚（あじ）障がいがある。

上記の症状がある人は健診の受診を控え、症状が治まり2週間経ってから健診を受診しましょう。

■ 保健センター ☎ 64-3775