

すこやかハート

北九州

保健福祉の情報をお伝えします

インフルエンザがら身を守る

季節性インフルエンザの流行時期は12～3月、1～2月頃がピークですが、インフルエンザの流行時期や期間は、毎年異なっています。今シーズンは9月13日に今季初のインフルエンザ様疾患の学級閉鎖

報告がありました。例年より2カ月早い報告であり、早めに予防対策をしっかりと行いましょう。

本市では、市内35カ所の小児科と内科の定点医療機関から1週間ごとに患者数の報告を受け、インフルエンザの流行状況を把握しています。市ホームページ(アドレスは表紙参照)でも週ごとの患者報告数を随時更新しています。

感染防止のために

●手洗いを小まめに
行いましょう。
●流行前に予防接種を受けましょう。
●乾燥しやすい室内では、湿度を50～60%に保つことも効果的です。
●日頃から栄養や睡眠を十分にとり、体力や抵抗力を高め、体調管理に努めましょう。



インフルエンザ予防啓発キャラクター アズキちゃん

●インフルエンザの流行時には、人混みや繁華街への外出を控えましょう。

「咳エチケットとは…」

●咳・くしゃみが出たら、他の人についてこないためにマスクを着用する。
●マスクを持っていない場合は、ティッシュペーパーなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れる。
●鼻汁・痰などを含んだティッシュペーパーはすぐにごみ箱に捨てる。
●咳をしている人にマスクの着用をお願いする。



インフルエンザ予防啓発キャラクター マメソウくん

インフルエンザにかかった後は

インフルエンザは発症する前日から発症後3～7日間は鼻やのどからウイルスを排出します。解熱後もウイルスを排出するといわれており、周囲に感染を広げないためには、この間は外出を控えるようにしましょう。

マイコプラズマ肺炎が流行しています！

マイコプラズマ肺炎の患者数が、今年は例年より多く報告されています。

発熱や全身のだるさ、頭痛、咳などの症状がみられます。咳は熱が下がった後も3～4週間続くため、長引く咳などの症状があるときは、医療機関を受診しましょう。インフルエンザと同様に日頃から手洗い、咳エチケットを心掛けてください。

保健福祉局保健衛生課 ☎ 582・2430。

12月1日付で民生委員・児童委員を改選しました

民生委員・児童委員、主任児童委員とは

厚生労働大臣から委嘱を受け、地域の中で支援を必要とする人への相談対応や助言、援助、必要な情報提供などを行い、社会福祉の増進に努めています。

民生委員は児童委員も兼ねています。主任児童委員は、主に子どもに関する問題の相談に応じ、さまざまなサポートをします。

●どんなことをしているの

特に福祉(高齢者、障害者、子どもなど)の分野で相談に応じます。地域住民が必要なサービスを受けられるように関係機関との「つながり役」となり、地域を見守っています。

●どのように選ばれるの

社会福祉に理解と熱意があり、地域の実情に詳しい人が地域から推薦され、その後、市の審査を経て厚生労働大臣から委嘱されます。

給与は支給されません。

任期は3年。3年に1度、斉改選があります(再任可能)。市内では1582人が活動しています。

地域の民生委員・児童委員、主任児童委員は、個人情報保護に適切に保護しながら、区役所をはじめ関係機関と連携して活動しています。法律により秘密を守る「守秘義務」が課せられているため、相談内容が他に漏れることはありません。安心して相談してください。

●民生委員制度創設100周年

民生委員制度は、平成29年に制度創設100周年を迎えます。これは、民生委員制度の源である岡山県の「済世顧問制度」が大正6年から数えて100年を迎えることによります。

北九州市民生委員児童委員協議会では、この大きな節目を契機として、民生委員・児童委員活動の一層の充実・発展に向け、その活動を広く市民にアピールしていくことを目指しています。

☎ 各区役所保健福祉相談コーナーへ。