

インフルエンザから身を守ろう

空気が乾燥する冬は、ウイルスが活発になるため、インフルエンザやノロウイルスによる感染性胃腸炎などの感染症が流行しやすいです。

今年は特に、新型コロナウイルス感染症との同時流行を防ぐために、一人一人が「かからない」「うつさない」対策をしっかりと行いましょう。

インフルエンザの症状

● 38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が、比較的急速に現れるのが特徴です。普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。



感染を防ぐためには？

インフルエンザの予防には、新型コロナウイルス感染症と同じように手洗いやマスクの着用などが効果的です。

- 小まめに手洗いを行いましょう。
- 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。
- 日ごろ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。
- なるべく、人混みへの外出を控えましょう。

咳エチケットについて

● 咳やくしゃみ、会話で他の人につつさないためにマスクを着用しましょう。

● マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。

● 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにごみ箱に捨てましょう。



「インフルエンザかな？」と思ったら

● 発熱などの症状があるときは、まずは電話で北九州市新型コロナウイルス相談ナビダイヤル ☎0570・093・567（聴覚に障害がある人は ☎522・8775）か、かかりつけ医やお近くの医療機関に相談の上、受診しましょう。

● 睡眠を十分にとるなど、安静にして休養しましょう。

● 高熱による発汗での脱水症状を予防するために、小まめに水分補給をしましょう。

● 薬は医師の指示（用法や用量、服用する日数など）を守って正しく服用しましょう。

次の症状があったらすぐに医療機関を受診してください

- けいれんしたり呼びかけに答ええない
- 呼吸が速い、または息切れがある
- 呼吸困難、苦しそう
- 顔色が悪い（青白）
- おう吐や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた
- 胸の痛みが続いている



問 保健福祉局感染症医療政策課 ☎582・2430

東アジア文化都市北九州2020・21 ミニコーナー

担 市民文化スポーツ局東アジア文化都市推進室 ☎582・2390

北九州国際漫画祭

12月19日(土)～1月24日(日)に漫画ミュージアムで開催する「北九州国際漫画祭」では、世界中から応募があった4コマ漫画「北九州国際漫画大賞」の優秀作品展や、日本・中国・韓国の新人漫画家が短編漫画を創作して腕を競った「日中韩新人MANGA選手権」の報告展示などの企画展を行います。

市民の皆さんに漫画を通じた“異文化体験”をお届けしますので、ぜひご来館ください。

※入館料など詳細は問を公式ホームページでも確認できます。

「漫画ミュージアム」とは？ 本市は「銀河鉄道999」の漫画家・松本零士さんをはじめ、100人を超える漫画家を輩出しています。これら作家の業績をたたえ、漫画が持つ魅力や楽しさを次の世代につなげるため、「見る・読む・描く」をテーマに平成24年(2012年)に開館しました。

見る

日本の漫画の歴史を紹介する「漫画タイムトンネル」や松本零士さんの生い立ちや業績を紹介するコーナーなどの常設展示のほか、定期的に企画展を開催しています。



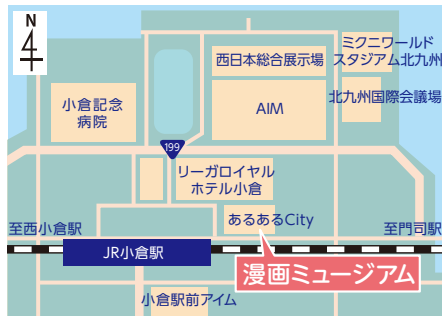
読む

収蔵している約7万冊の漫画を自由に読むことが可能です。



描く

講師から漫画の技法を教わる「漫画スクール」や漫画家が使う道具について学べる「漫画体験」を毎月開催中。



▲公式ホームページ

[所在地] 小倉北区浅野二丁目14-5あるあるCity5階・6階
[電話番号] 512・5077
[開館時間] 11～19時(入館は閉館の30分前まで)
[休館日] 火曜日、12月31日～1月2日※12月29日(火)は開館
[常設展示入館料] 一般480円、中学・高校生240円、小学生120円、未就学児無料