



呼吸器感染症は 手洗いや換気で予防

インフルエンザなどの呼吸器感染症の予防には、手洗い、換気などの基本的な感染対策が有効です。帰省などで高齢者と会う場合や大人数で集まる場合は、感染予防を心がけましょう。

問 保健予防課／Tel661-9332

ID 077486

感染状況を知ろう

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症は、指定された医療機関からの届け出を受けて発生を把握する「定点把握疾患」で、国や府が感染状況を公開しています。

インフルエンザの発生情報は、市ホームページ（ID 085441）でも確認できます。右表を目安にして、流行状況の参考にしてください。感染対策は、流行前から予防に取り組むことが大切です。



インフルエンザ定点医療機関あたりの 患者報告数と流行状況の目安

患者報告数	流行の状況
1.00～	流行が始まっている
10.00～	注意報レベルで流行
30.00～	警報レベルで流行

感染予防は五つのポイントで

日常生活で意識してほしい感染予防のポイントを五つ紹介します。

①手洗い

帰宅後や食事前などはこまめに手洗いをしましょう



②適度な湿度

乾燥しやすい室内では、加湿器などで湿度50～60%を保ちましょう



④マスクの着用

混雑した場所に行くときは、マスクの着用が効果的です



⑤こまめな換気

換気は部屋の対角線上にあるドアや窓を2カ所開放すると効果的です



③休養と食事

十分な休養とバランスの取れた栄養摂取を心がけましょう



予防接種には助成制度も

市は、一部の年齢を対象にインフルエンザと新型コロナウイルス感染症の予防接種費用の助成などを行っています。1月末までの接種分が対象です。希望する人は、直接、医療機関に予約してください。

インフルエンザ

子ども保健課／Tel648-3272 中学生以下 ID 003469

保健予防課／Tel661-9332 高齢者など ID 106092

新型コロナウイルス感染症

保健予防課／Tel661-9332 高齢者など ID 129853

周りの人にうつさないために 咳(せき)エチケットを知っておこう

くしゃみや咳が出るときは、飛沫（ひまつ）にウイルスが含まれているかも。咳エチケットを心がけましょう。



マスクを着用



マスクがないときは

ティッシュ・ハンカチなどで口・鼻を覆う



とっさのときは

袖で口・鼻を覆う

体調の異変を感じたら

受診を希望する場合は、かかりつけ医や近くの医療機関にご相談ください。発熱時は予約方法や受診方法が通常の診療と異なる場合があります。受診前にホームページなどで確認してください。

<相談窓口>

・すぐ受診するべきか、救急車を呼ぶべきか迷ったとき
救急安心センターおおさか／Tel#7119

・夜間・休日の子どもの急病時、病院に行くか迷ったとき
小児救急電話相談／Tel#8000

HIVの早期発見・治療で 今までどおりの生活を

ID 089359

エイズはHIVというウイルスに感染して免疫力が低下する病気です。

HIVに感染しても、薬を飲み続ければエイズの発症を抑え、それまでと変わらない生活ができます。もし、心当たりがあったら早期発見・治療のために検査を受けましょう。

問合 保健予防課／Tel661-9332

エイズ発症まで感染に気付かない人も

日本では、HIVに感染していることを知らず、エイズを発症して初めて気付いたというケースが、新規HIV感染者・エイズ患者数全体の約3割を占めています。

12/10に臨時夜間検査を実施

ID 133911

市では、毎週金曜日にHIV検査を無料で行っています。また、12/1の世界エイズデーに合わせ、12/10は夜間にもHIV検査を臨時で行います。検査は匿名で、希望者には梅毒、クラミジア検査も同時に行います。

日時 12/10(水) 18:00～19:00

※結果は12/17(水)18:00～19:00に直接本人に手渡し

場所 市保健所

料金 無料

内容 血液検査（HIV・梅毒）、尿検査（クラミジア）

問合 保健予防課／Tel661-9332

申込 12/3(水)から ☎ で ※申込順15人

HIV夜間検査の流れ

①予約（12/3～）

保健予防課に電話で予約（匿名）し、予約番号を聞き取り。



②検査（12/10）

保健所で予約番号を伝え、検査を受けます。



③結果（12/17）

検査当日に受け取った検査結果引換券を渡し、結果説明を聞きます。



健診・検診

ID 032781

問合 健康づくり推進課／Tel674-8800、Fax674-1551

	日時・会場	申込方法
まとめて健診(午前)	1/15(木)・28(水) [必須項目] 特定健診 [選択項目] 肺がん、胃がん、大腸がん、ピロリ菌、肝炎、前立腺、骨測定	随時、☎ ☎
子宮頸・乳・大腸がん検診(午後)	1/21(水)★ [必須項目] 子宮頸がん、乳がんのうち少なくとも1つ [選択項目] 大腸がん、骨測定	★は保育あり 随時、☎ ☎ ☎ ☎ (保育は ☎)
健康相談会(結果説明+個別相談) (14:00～15:30)	1/14(水) 今城塚公民館 相談員:医師、保健師、管理栄養士、薬剤師	随時、☎ ☎ ☎ ☎ ☎ (基本事項と生年月日記入)
対象	[特定健診] 今年度40～74歳(75歳の誕生日の前日まで)で市国保被保険者に限る(☎ の健診が対象) [がん検診] 肺・大腸=40歳以上、胃=50歳以上、子宮頸=20歳以上女性、乳=30歳以上女性、レディースドック=30歳以上女性(胃・子宮頸・乳は前年度未受診者) [その他] ピロリ菌=20～49歳(500円)、肝炎=今年度40歳以上(B・C型各500円)、前立腺=50～89歳男性、骨測定=40歳以上(500円) (ピロリ菌・肝炎は過去未受診者)	
備考	日時は「健康だより」「特定健診のご案内」にも掲載▷無料送迎バスは「特定健診のご案内」に掲載▷会場の記載がないものは保健センター▷申込順▷費用記載なしは無料。ピロリ菌・肝炎・骨測定にも無料制度あり。対象は非課税・生活保護受給世帯(要事前申請)、70歳以上または後期高齢者医療制度に加入している市民▷保健センターの胃がん検診は、バリウムだけ▷市内の実施医療機関でも受診可(骨測定除く)	

※申込手段や基本事項の略は16ページ参照