みんなで心がける 冬の感染症対策



冬になると、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症など、せきやのどの痛みといった症状が出る急性呼吸器感染症が流行しやすくなります。かからない、うつさないために、感染対策を心がけましょう。

問 保健予防課／TEL661-9332 ID 077486

感染は身近な場面で

急性呼吸器感染症の多くは、せきやくしゃみなどによってウイルスが飛び散り、それを吸い込むことによって感染します。また、ウイルスが付着したものを触った手で、口や鼻に触れることでも感染します。



手からの感染にも注意しよう

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、受診前にホームページなどで確認を。

＜相談窓口＞

受診か救急車を呼ぶか迷ったとき
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、受診を迷ったとき
小児救急電話相談／TEL#8000

かからない、うつさないために

感染予防のために、基本の感染対策が重要です。くしゃみやせきが出るときは、ウイルスが飛散しないように注意し、せきエチケットを心がけましょう。予防接種も有効な対策の1つです。

予防接種の費用助成は1月末まで

インフルエンザ 中学生以下 ID 003469
高齢者など ID 106092
新型コロナウイルス 高齢者など ID 129853

感染対策



手洗い
流水・石けんによるこまめな手洗い



換気・湿度調整
室内の湿度は50～60%がベスト



十分な休息と食事
体の抵抗力を高めてブロック

せきエチケット



マスクを着用
口と鼻の両方を覆う



マスクがないとき
ティッシュやハンカチで口と鼻を覆う



とっさのとき
袖で口と鼻を覆う

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） 国	2/3㈫・6㈮・17㈫ [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、HP 窓
すこやかドック（午前）	2/26㈭ [必須項目]肺がん、胃がん、大腸がんのうち少なくとも1つ [選択項目]骨測定	随時、HP 窓
子宮頸・乳・大腸がん検診（午後）	2/19㈭★ [必須項目]子宮頸がん、乳がんのうち少なくとも1つ ★は保育あり [選択項目]大腸がん、骨測定	随時、HP 窓 （保育は ）
健康相談会（結果説明＋個別相談）（14:00～15:30）	1/26㈫ 今城塚公民館 相談員：医師、保健師、管理栄養士、薬剤師	随時、HP 窓 F （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（国の健診が対象） ※特定健診以外は市民だけ [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、まとめて健診＝40歳以上、まとめて健診＋（プラス）＝40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▷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17ページ参照