

ヘルシーナの健康応援NAVI



健康課
市役所内
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

みんなで対策！インフルエンザ 感染が広がるのはなぜ？

患者のせきやくしゃみによりインフルエンザウイルスが周囲に飛び散って、直接吸い込んだり、ドアノブや手すりなどウイルスがついた部分に触れた手で目や口、鼻を触ったりすることで感染が広がります。ウイルスの潜伏期間は、通常1〜3日です。

症状の重症化に注意！

38度以上の急な発熱をはじめ、頭やのど、関節などの痛みや全身倦怠感、鼻汁、せきなどの症状が現れます。特に高齢者や免疫力が低下している人は肺炎、また子どもは急性脳症などの合併症により重症化することがあります。速やかに受診し治療を受けることが大切です。

感染の広がりを防ぐためには？

症状が現れた時には、周囲の人につまさないためにも、次の点に注意しましょう。

- ・マスクを確実につけ、使った後は放置せずに捨てましょう。
- ・マスクがない時は、ティッシュペーパーやハンカチなどで口や鼻を覆いましょう。
- ・外出から帰宅した時や調理の後、食事の前などはせっけんで手を洗う習慣づけをしましょう。
- ・流行時は大勢が集まるような場所へ行くことは控えましょう。
- ・十分な休養と栄養をとりましょう。



流行前に予防接種を！

予防接種の効果が期待できるのは、接種後2週間から5カ月位です。田原市では、高齢者などに接種費用の一部助成をしています。（対象の方には、10月中旬に通知済み）

なお、助成期間は12月31日までですので、接種を希望する方は指定医療機関へお申し込みください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。か健康課へお問い合わせください。

HP <http://www.city.taharatchi.jp/>

●インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日（祝日を除く） 13:30～15:00	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
離乳食教室(前期)	1月13日(水) 9:50～10:00	田原福祉センター	5～6カ月児とその保護者 ※予約制 離乳食講習と保育の話、歯の話など
離乳食教室(後期)	1月19日(火) 9:50～10:00	田原福祉センター	8～11カ月の第1子とその保護者 ※予約制（定員16組） 離乳食講習と調理実習、試食など
育児相談	1月 8日(金) 9:30～10:30	田原福祉センター	身体計測、育児・母乳・栄養相談（乳幼児対象） ※母乳相談は生後6カ月まで（原則1回）
	1月 4日(月) 9:00～10:30	あつみライフランド	
双子ちゃん交流会	1月12日(火) 9:50～10:00	田原福祉センター	双子ちゃんとその保護者、多胎妊娠の方 交流会、自由遊び、身体測定など

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。（土・日・祝日を除く8:30～17:00）

※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

●休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。 市役所☎22局1111(代表)

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号
12月6日(日)	ふれあいばし診療所	☎29局2500	12月31日(木)	岡田医院	☎37局0001
	鈴木歯科医院	☎32局0239		伊藤歯科医院	☎22局1104
12月13日(日)	北山クリニック	☎23局3946	1月 1日(金・祝)	菜の花内科クリニック	☎22局7777
	木村歯科医院	☎22局0404		ふくしま歯科医院	☎37局1182
12月20日(日)	國見医院	☎22局0756	1月 2日(土)	藤岡医院	☎32局1515
	渡辺歯科医院	☎32局3561		ヒラノ・デンタル・オフィス	☎22局6477
12月23日(水・祝)	河合医院	☎22局6133	1月 3日(日)	あつみメディカルクリニック	☎24局2322
	藤井歯科医院	☎45局2123		かわい歯科	☎24局0080
12月27日(日)	かわせ小児科	☎22局1230	1月10日(日)	昭和医院	☎32局3749
	なかた歯科	☎23局1162		すずき歯科	☎23局0033
12月29日(火)	森下歯科医院	☎32局2700	1月11日(月・祝)	第2国見医院	☎23局2302
12月30日(水)	仲谷歯科	☎23局2327		ふくしま歯科医院	☎37局1182

診療時間 内科☎9:00～17:00/歯科☎9:00～12:00

夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院☎22局2131