



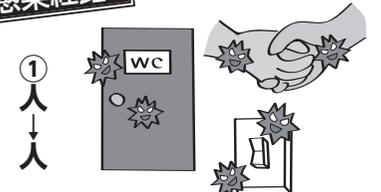
## ノロウイルスによる感染症や食中毒を予防しましょう

新年あけましておめでとうございます。今年も良い一年でありますようにお祈り申し上げます。できれば、健康に、感染症にかからずに過ごしたいものです。冬季に流行する感染症のひとつにノロウイルスによる感染症・食中毒があります。

ノロウイルスは、カキなどの二枚貝を汚染し冬季を中心に食中毒の原因となるほか、感染性胃腸炎の集団感染を引き起こすことがあります。食品から人に感染するだけでなく、人から人にも感染し、その感染力は非常に強いことが特徴です。

### 感染経路

#### ① 人→人



\* 感染者の便や嘔吐物を触った手指についたウイルスが口に入り感染します。  
\* 空気中に飛び散った、ウイルスを含んだ便や嘔吐物の微粒子を吸い込むことで感染します。  
\* 感染者が触れたところ（ドアノブや手すり等）に触れた手指から感染します。

#### ② 人→食品→人



\* 感染者が調理した食品や調理器具から食品にウイルスが移り、それを食べることで感染します。

#### ③ 食品→人



\* ウイルスに汚染されたカキなどの二枚貝を食べることで感染します。

### 予防・対策

#### ① 手洗い



\* 食事前やトイレ後などは必ず手を洗いましょう。石けんには、ウイルスを殺す力はありませんが、手指からウイルスをはがしやすくする効果があります。

#### ② 便・嘔吐物の処理



\* ウイルスを含んだ微粒子の感染を防ぐためには、便・嘔吐物を密封し、消毒殺菌することが効果的です。

#### ③ 食品等の加熱殺菌



\* ノロウイルスに汚染されている食品でも、中心温度85℃で1分間以上加熱すると感染力はなくなるといわれています。食品や調理器具の加熱消毒をしましょう。

### 症状

\* 潜伏期間は24～48時間です。  
\* 主な症状は、吐き気・嘔吐・下痢・腹痛・軽度の発熱等です。  
\* 便等からのウイルスの排泄は1週間～1ヶ月程度続く場合もあるので注意が必要です。

### 発症や感染の疑いがあるときは

\* 医療機関を受診しましょう。  
\* ノロウイルスに対する治療薬はありませんが、輸液を行い、脱水や体力の消耗を防ぎながら回復を待ちます。

特定健診は年に1度「集団健診・個別健診・ドック」のうちどれか1つの方法で受診できます

## 集団健診申込みの流れ あと2回！

特定健診と一緒にかん検診等を同時に受診できるよ！



### ①健診日を選ぶ

| 健診日      | 健診場所    | 受付時間    |
|----------|---------|---------|
| 1月18日(土) | 湯浅町役場庁舎 | 午前8～10時 |
| 2月23日(日) | 湯浅町役場庁舎 | 午前8～10時 |

### ②受診する項目を選ぶ（すべて無料）

| 項目         | 方法              | 対象者   |
|------------|-----------------|---|
| 特定健診       | 血液検査・身体計測・血圧など  | 20歳以上の国保加入者<br>後期高齢加入者<br>※40歳以上の社保被扶養者は<br>保険者へお問合せください。 |
| 胃がん検診      | 胃のレントゲン撮影（バリウム） | 40歳以上の方   |
| 大腸がん検診     | 検便（2日分）         |   |
| 肺がん検診      | 胸のレントゲン撮影       | 40歳以上の女性の方  |
| 乳がん検診      | マンモグラフィー        |   |
| 子宮（頸部）がん検診 | 細胞診             | 20歳以上の女性の方  |
| 前立腺がん検診    | 血液検査            | 50歳以上の男性の方  |
| 肝炎ウイルス検査   | 血液検査            | 40歳以上の方（今まで受けたことがない方）                                     |

### ③健康推進係（☎64-1120）へ電話する

## 個別健診申込みの流れ 3月末までOK！

かかりつけやお近くの医療機関で受診できるよ！



### ①医療機関を選ぶ

|          |         |           |         |
|----------|---------|-----------|---------|
| 澳内科医院    | 62-3649 | 橋本胃腸肛門外科  | 62-2226 |
| 小野田クリニック | 65-1616 | 平山内科皮膚泌尿科 | 63-1103 |
| 児島医院     | 62-2066 | 吉村内科医院    | 63-4666 |
| ごとうクリニック | 64-0101 | 済生会有田病院   | 63-5561 |

※その他の有田郡市内の医療機関をご希望される方は、健康推進係までお問合せください。

### ②医療機関へ直接予約する

※個別健診の対象は40～74歳の国保加入の方です。特定健診受診券が必ず必要になりますので、紛失された場合は健康推進係までお電話ください。

### ドックご希望の方へ

ドックは有料です（特定健診分等補助あり）。医療機関によっては今年度の受付が終了している可能性があります。受診ご希望の方は健康推進係（☎64-1120）までお問合せください。