

普通救命講習会のお知らせ

◎日時・場所：3月12日(木) 13:30～16:30

達布支所 2階(達布地区)

◎対象：町内在住の方(参加料無料)

◎内容：①心肺蘇生法(人工呼吸・心臓マッサージ)

②AED(自動体外式除細動器)使用方法

③異物除去

・実技がありますので、動きやすい服装でおこしてください。

・講習後、修了証を発行します。遅刻、早退等、講習時間が満たない場合は、修了証を発行できないことがありますので、ご了承ください。

◎講師：留萌消防組合消防署 小平・鬼鹿支署職員

◎申込み先：保健福祉課健康づくり係 電話56-2111(内線277) Fax56-2110

※参加者確認のため、必ず、事前申込みをお願いします。

(参加者が5名に満たない場合は、中止させていただきます。)

◎締め切り：2月24日(火)

保健
だより

このページに関するお問い合わせは
保健福祉課健康づくり係へ
☎56-2111 内線276・277

ノロウイルスによる感染性胃腸炎、食中毒を予防しよう!

発症は1年を通してみられます。12月～1月がピークとなる傾向があり、春まで多く発生します。症状は、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛。軽度の発熱もみられます。1～2日症状が続き、回復します。通常1週間、長い時は1ヶ月、便の中にウイルスが排泄されるので、注意が必要です。

ノロウイルスは感染力が強いです。

ほとんどの場合、口から入って感染します(経口感染)。

感染予防対策が大切です。



1. 手洗い

ポイント

- 1) 爪は短く切り、指輪や時計をはずす。
- 2) 石鹸を泡立てブラシなどを使い、手、指、手首を洗う。
- 3) 使い捨てタオルで手を拭く。(布タオルの共用は避けましょう)

2. 加熱処理と消毒(食品、調理器具など)

ポイント

- 1) 加熱は、85℃ 1分以上。
- 2) 市販の家庭用塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)による消毒。

①器具消毒・汚物処理用	漂白剤(濃度約5%)キャップ1/2杯(約10ml)+1000mlの水
②汚物処理物品の消毒用	漂白剤(濃度約5%)キャップ1/2杯(約10ml)+500mlの水

* 金属を腐食させるため、金属部分に使用した場合は、10分程度たってから水拭きする。

* 消毒用エタノール等では、感染力を失わせることはできません。

3. 便や吐物処理、汚染されたおそれがある場所の消毒

ポイント

- 1) 使い捨てマスクと手袋を着用する。
- 2) 便や吐物はペーパータオルで静かに拭き取る。
- 3) 吐物の付着した床や、ドアノブは、上記①で浸すように拭き取る。
- 4) じゅうたんは85℃ 1分以上、スチームアイロンをかける。
- 5) ふき取りに使用した物は上記②に5～10分浸した後、ビニール袋等で密封後破棄する。
- 6) 衣類に付着した場合、汚物を処理し、洗剤を入れた水の中でもみ洗い後、熱水洗濯(85℃ 1分以上)か、漂白剤での消毒が有効。高温乾燥機の使用は殺菌効果が高まる。
- 7) 下洗い場所は洗剤を使って洗浄後、漂白剤での消毒を行う。

* ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、感染する可能性があります。便や吐物、拭き取りに使用したペーパータオルは、放置・乾燥させないことが重要です。