

あかるいまち 21

No.1763 2025 年 11 月 28 日
組合員活動推進課 082-532-1264

	11 月	2025 年度
組合員ふやし	93 人	867 人
出資金ふやし	659 万円	8,400 万円
純 増	△538 万円	△2,213 万円

感染症流行中！

基本を知って正しく予防しましょう

1 予防の基本

- ① 感染源の除去・・・消毒
- ② 感染経路の遮断・・・接触感染予防、飛沫感染予防、空気感染予防
- ③ 細菌・ウイルスへの対応

○日頃の予防対策として

- ・ 流行前のワクチン接種
- ・ 正しい手洗（1 行為 1 手洗） 手指消毒
- ・ 人混みを避ける、マスクの着用
- ・ 室内環境（適切な加湿（40 から 60%）1 時間に 1 回の換気）
- ・ 免疫力を落とさないために十分な休養と栄養

2 こんな時どうする

○胃腸炎：吐いてしまった

- ・ 吐物を素手で触らない 希釈した次亜塩素酸ナトリウムでの消毒
- ・ 嘔吐後、嘔気が収まったら 1 回量は 1 口から数回に分けて摂取できれば OS-1 やポカリなど中心に摂取してください。

- 発熱：冬の時期の発熱で心配なのはインフルエンザやコロナです。
発熱してすぐに受診しても簡易検査キットでは反応するほどウイルス量が増えていないため検査できないことも多いです。
できれば発熱後 1 2 時間以上経過しての受診をおすすめします。

