

クローズアップ インフルエンザ＆ノロウイルス

早めの予防と対策を！

毎年秋から冬にかけて流行するインフルエンザやノロウイルスなどによる感染性胃腸炎。高熱が出たり、食中毒症状を起こしたりと、場合によっては非常に重篤な症状を引き起こし、決して侮れません。感

染を拡大させないためにはその実態や感染経路を知り、早めの予防策を講じることが大切です。紹介する注意点に気をつけて、感染を予防しましょう。問合せ 健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076

インフルエンザの特徴

- 38℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛などの全身症状
- 普通の風邪と同じようなものの痛み・鼻水・咳
- 日本では例年12月～3月ごろに流行

ノロウイルスの特徴

- 吐き気・おう吐・下痢・腹痛が主で、発熱などを伴う場合もある
- 保育所や高齢者施設で集団感染が発生することもある
- 11月から春先に流行

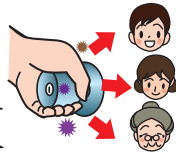
感染経路を知ろう！

■インフルエンザの場合

感染者の咳・くしゃみの飛沫を吸い込んで感染する飛沫感染、感染者がウイルスの付いた手で触れたものに、健康な人が後から触れて感染する接触感染があります。

■ノロウイルスの場合

感染者のおう吐物や便が乾燥してちりとして舞い上がり、そのちりと一緒にウイルスを吸い込んで感染する飛沫感染、感染者の便やおう吐物に触れた手指を介してウイルスが口に入る、あるいは食品取扱者が感染しており、その人を介して汚染した食品を食べて感染する接触感染の他、汚染されていた食品を生あるいは十分に加熱調理せず食べた場合などにも感染します。



インフルエンザの感染を防ぐ！ 予防のポイント

■健康管理

普段から、十分な休養とバランスの取れた栄養摂取を心がけて身体の免疫力を高め、マスクの着用を心がけるなど、感染しないための対策をしましょう。

■手洗い・うがいと咳エチケット

流水・石けんによる手洗い、うがいは、風邪やウイルスを物理的に除去するために有効な方法です。正しく手を洗い、うがいをする習慣を身につけましょう。また、マスクを正しく着用し、咳やくしゃみをする時は周囲の人から顔をそむけて離れましょう。



インフルエンザの予防接種を

子どもや高齢者は、積極的にインフルエンザの予防接種を受けることをおすすめします。市では、インフルエンザ(第2子以降)の予防接種費用の一部を助成しています。詳しくは、健康推進課健康推進係 ☎042・497・2075へ。



ノロウイルス対策

おう吐物や便の処理は塩素消毒液で素早く適切に！

感染者のおう吐物や便には、ノロウイルスが大量に含まれています。乾燥する前に、図のような準備をし、塩素消毒液(次亜塩素酸ナトリウム希釈液)で適切に処理しましょう。

【おう吐物・便の処理】

～用意するものと身支度～

使い捨てマスク

使い捨て手袋

レジ袋 4～5枚

塩素消毒液(次亜塩素酸ナトリウム希釈液)

新聞紙・不要な布

ペーパータオル

使い捨てエプロン

(ごみ袋で代用可)

処理の手順

- 1 新聞紙や不要な布を消毒液に浸し汚物を覆う
- 2 外側から内側に向けて汚物をめくぐり取る
- 3 再度ペーパータオルと消毒液で拭き取り、水拭きをする
- 4 使用した新聞紙や布、手袋やエプロンなどは密封して廃棄
- 5 石けんで念入りに手を洗う

平成30年度新入学予定の児童・生徒新入学準備金の入学前支給

就学援助制度では、市に住民登録があり、平成30年度に公立小学校に入学予定の児童の保護者に、新入学準備金を入学前に支給します。来年度小学校1年生になる子どもの保護者で支給を希望される方は、11月30日(木)までに申請をお願いします。

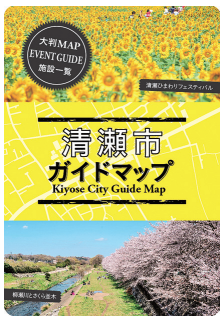
問合せ 教育総務課学務係 ☎042・497・2539

「清瀬市ガイドマップ」が新しくなります

「清瀬市ガイドマップ」を刷新し、11月20日(月)から無料で配布します。市全域の地図の他、主要施設リスト、四季のイベントや見どころなどを豊富な写真で紹介しています。また、コンパクトで持ち運びしやすいサイズなので、街歩きにもご利用いただけます。下記公共施設で配布していますので、ぜひ手に取ってご覧ください(数に限りがありますので、お1人様1部とさせていただきます)。

配布施設 市役所(1階案内・秘書広報課、生涯学習スポーツ課、各地域市民センター、中央・駅前図書館、郷土博物館、清瀬けやきホール、コミュニティプラザひまわり)

問合せ 秘書広報課広報広聴係 ☎042・497・1808



平成30年度採用予定 清瀬市職員募集

◆正規職員
◎保健師(若干名)
資格 昭和54年4月2日以降に生まれ、保健師の資格を有する方(取得見込みの方を含む)
第1次試験日 12月10日(日)
要項配布 11月15日(水)～28日(火)午前8時30分～午後5時(平日のみ)に職員課で配布(市ホームページからもダウンロード可)
※詳しくは要項をご覧ください。
申込み・問合せ 11月26日(日)～28日(火)の午前9時から午後5時(正午から午後1時を除く)までに、資格を証明する証明書の写しなどを添えて、本人が直接採用試験申込受付所(職員課職員係 ☎042・497・1843)へ

平成30年度から適用される個人住民税の税制改正

◆主な改正項目
①給与所得控除の見直し
給与所得控除の上限額が、220万円(給与収入1千万円を超える場合の給与所得控除額に引き下げられました。
②セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)の創設
健康の維持増進および疾病の予防への取り組みとして、一定の取り組みを行う個人が平成29年1月1日から平成33年12月31日までの間に、自己および自己と生計を一にする配偶者・その他親族に係る一定のスイッチOTC医薬品を購入した際に、その費用について所得控除を受けることができるものです。
控除額 その年中对象医薬品を購入するために支払った対価の額が1万2千円を超える場合は、その超える部分の金額を同年分の総所得金額から控除(上限8万8千円)
※この特例は従来の医療費控除との選択適用となります。
③医療費控除に係る添付書類の見直し
住民税の医療費控除を受けるためには医療費の領収書または医薬品の領収書を市・都民税申告書に添付することが要件となっていました。平成30年度からこれらに代えて次の書類のいずれかを添付しなければなりません。(平成30年度・32年度までの申告については、医療費の領収書の添付または提示でも可)
必要書類 医療費の明細書または医薬品購入費の明細書(ただし、申告期限から5年以内に市から該当の領収書の提示または提出を求める場合があります)、医療保険者から交付を受けた医療費通知書
問合せ 課税課市民税係 ☎042・497・2040

東京都大気汚染医療費助成制度改正のお知らせ

気管支ぜん息の都医療券をお持ちの皆さまへ
東京都大気汚染医療費助成制度の改正に伴い、一部自己負担が生じます。対象は有効な医療券をお持ちで、平成9年4月1日以前生まれの方です。
■平成30年4月1日から変更する内容
①平成30年4月1日以降の診療分から、認定された疾病に対する保険診療の窓口支払額のうち、月額6千円までが自己負担となります。
②月額の自己負担額は、各医療機関など(病院、診療所、薬局)で「自己負担限度額管理票(東京都大気汚染医療費助成用)」に記載してもらい、管理します。
③同じ月に支払った各医療機関など(病院、診療所、薬局)の医療費を合算し、月額の合計が6千円に達したときは、その月はそれ以上の自己負担はありません。
※「自己負担限度額管理票(東京都大気汚染医療費助成用)」は、平成30年4月1日から使用する新しい医療券と一緒に、対象の方に平成30年2月ごろまでにお送りします。
※18歳未満の方はこれまでと同様、窓口での自己負担はありません。
問合せ 東京都福祉保健局環境保健衛生課 ☎03・5320・4492