

# ノロウイルスなどによる 感染性胃腸炎に注意しましょう!

健康推進課成人保健係 ☎042-497-2076

## 感 染 性 胃 腸 炎 と は

主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎の総称です。例年、11月から増加ははじめ、12月ごろをピークとして3月まで多発します。

## ノロウイルスに感染した場合

潜伏期間(感染から発症までの時間)は24~48時間で、主な症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛です。通常、これらの症状が1~2日続いた後、治癒します。

## おもな感染経路

- 1 感染した人の便や吐物に触れた手指を介して、ノロウイルスが口に入った場合
- 2 ノロウイルスを内臓に取り込んだカキやシジミなどの二枚貝を、生または不十分な加熱処理で食べた場合
- 3 感染した人が十分に手を洗わずに調理した食品を食べた場合
- 4 感染した人の便や吐物が乾燥して、細かなちりとなって舞い上がり、そのちりと一緒にウイルスを取り込んだ(吸い込んだ)場合

## 治 療

特別な治療方法はなく、対症療法が行われます。嘔吐の症状が収まったら、少しずつ水分を補給し、回復期には消化しやすい食事をとるようにしましょう。

※乳幼児や高齢者は、下痢などによる脱水症状が生じることがあります。脱水症状がひどい場合には、病院で輸液を行うなどの治療が必要になりますので早めに医療機関を受診することが大切です。

※特に高齢者は、誤嚥(嘔吐物が気管に入る)による肺炎を起こすことがあるため、体調の変化に注意しましょう。

## 予 防 の ポ イ ン ト

- ①石けんと流水で十分に手を洗う(特に排便後、調理や食事の前)。  
＜手洗いのポイント＞  
・爪は短く切っておく  
・指輪などははずす  
・すぎは温水による流水で十分に行う
- ②カキなどの二枚貝を調理するときには、中心部まで十分に加熱する(中心温度85~90℃で90秒間以上加熱)。
- ③便や吐物は、適切に処理をする。



## 処 理 の ポ イ ン ト

- ▶次亜塩素酸ナトリウム(塩素系の漂白剤)を使用する。
- ▶使い捨ての手袋・マスク・エプロンを着用する。
- ▶おむつや拭き取りに使用したペーパータオルなどは、ビニール袋に密閉して破棄する。
- ▶ノロウイルスは乾燥すると空中に漂うため、処理は換気をしながら迅速に行う。
- ▶処理後は石けんと流水で十分に手を洗う。



参考:厚生労働省「ノロウイルスに関するQ&A」、東京都福祉保健局「ノロウイルス等による感染性胃腸炎にご注意ください!」、東京都健康安全センター「ひとくち感染症情報」

## ~感染拡大防止のために~ 基本的な対策を続けながら、日常生活を送りましょう

### 冬は、感染症の流行に要注意

- ▶温度や湿度が低くなると、ウイルスが飛散・浮遊しやすくなる
- ▶空気が乾燥すると、のどや鼻の粘膜のはたらきが弱くなり、感染しやすくなる
- ▶冷気を避けるために、換気がされにくくなる
- ▶年末年始にかけ、人の移動や会食の機会が増える
- ▶年末年始を迎えるにあたり、こまめな手洗いやうがい、マスク着用や換気などの基本的な対策を続け、感染症から身を守りましょう。

### 冬場の換気のポイント

室温18℃・湿度40%以上を目安に、暖房器具や加湿器を使用しながら、一方の窓を常時開けて換気しましょう。

参考:厚生労働省「冬場における【換気の悪い密閉空間】を改善するための換気の方法」

### ポイントをおさえた会食

- ▶換気、座席間の距離が十分で、適切な大きさのパーティションが設置され、混雑していないところを選びましょう
- ▶食事は短時間で、深酒をせず、大声を出さず、会話の時はマスクを着用しましょう
- ▶人数が増えるほどリスクが高まります。できるだけ家族か、そうでない場合は4人までにしましょう

参考:内閣官房新型コロナウイルス等感染症対策推進室 感染拡大防止特設サイト

### 冬の脱水に注意しましょう

のどの渇きを感じにくい冬でも、こまめな水分補給を心がけましょう。

### 感染リスクが高まる場面に注意しましょう

流行を抑えるためには、1人の感染者から何人もの人に感染が広がる場面(感染対策なしに3密の環境で多くの人と接するなど)を避けることが大切です。

#### 感染リスクが高まる「5つの場面」

- 飲酒を伴う懇親会等・大人数や長時間によるおよび飲食
- マスクなしでの会話・狭い空間での共同生活・居場所の切り替わり

参考:厚生労働省(2021年11月版)新型コロナウイルス感染症の「いま」に関する11の知識



感染リスクが高まる場面を避けることと併せて、マスクの適切な着用、こまめな換気、手洗いなどの基本的な感染対策を続けることが大切です。

## 令和3年度子育て世帯等臨時特別支援事業(子育て世帯への臨時特別給付[先行給付金])

新型コロナウイルス感染症の影響などを踏まえ、子育て世帯に対して、臨時特別的な給付措置として、対象世帯へ給付金を支給します。子育て支援課助成係☎042-497-2088

### 【給付対象】

- ①令和3年9月分(10月支給分)の児童手当受給者
- ※特例給付(所得制限超過)を受給されている方や高校生などで結婚している方は対象外です。
- ②高校生など(平成15年4月2日~平成18年4月1日生まれ)のみを養育している者であって、主たる生計維持者の令和2年中の所得が児童手当の所得制限額内の方(下表参照)
- ③令和3年10月1日~令和4年3月31日までに出生した新生児の児童手当受給者
- ※令和3年9月30日が基準日となるため、以下の方は、転入前の自治体からの支給となります。
- ▶令和3年9月分(10月支給分)の児童手当を転入前の自治体で受給された方。
- ▶②の方で、10月1日以降に清瀬市へ転入された方。
- ※児童養護施設等へ入所中の子どもについては、児童養護施設等に支給します。

扶養親族等の数	所得制限限度額	収入額の目安
0人	622万円	833.3万円
1人	660万円	875.6万円
2人	698万円	917.8万円
3人	736万円	960万円
4人	774万円	1002万円
5人	812万円	1040万円

### 【支給額】

対象児童1人につき一律5万円  
※来春までに支給予定の5万円相当の給付金については、詳細が決まり次第お知らせします。

### 【申請方法】

- ◆①の方:申請不要
- ※対象の方には、令和3年12月7日付けで郵送にてお知らせ済みです。

※令和3年度児童手当現況届未提出の方は、支給できませんので、お早めにご提出をお願いします。

※児童手当を受給中の世帯で、高校生などの兄弟がいる場合も申請不要です。

※公務員の方で所属庁から児童手当を受給されている方は、「令和2年度子育て世帯への臨時特別給付金」の支給情報などをもとに審査しますが、清瀬市において、把握ができない情報がある場合は、申請が必要な場合があります。対象となる可能性のある方へは、郵便にて別途お知らせをお送りします。

◆②の方:過去に支給していた児童手当情報などをもとに審査をしますが、清瀬市において、把握ができない情報がある場合は、申請が必要な場合があります。対象となる可能性のある方へは、郵便にて別途お知らせをお送りします。

◆③の方:申請不要

※児童手当認定通知送付時に、併せてお知らせをお送りいたします。清瀬市で把握している情報をもとに審査した結果、支給対象外の方へのお知らせの送付はありません。

【支給予定日】  
①の方:令和3年12月24日(金)以降順次支給します  
※公務員の方は、令和4年1月下旬支給予定です(対象者へは別途お知らせします)。  
②の方:令和4年1月下旬支給予定です(対象者へは別途お知らせします)  
③の方:児童手当認定月の翌月末

【必要書類】  
別途お送りするお知らせまたは市ホームページでご確認ください。  
詳しくはこちら(市ホームページ)



令和3年12月24日(金)~令和4年3月31日(木)午前8時30分~午後5時(土・日曜日、祝日を除く。郵送の場合は消印有効)

## 大掃除の機会に室内の安全対策を実施しましょう

年末となり、自宅の大掃除をしようと思っている方が多いかと思いますが、普段は動かさない家具・家電を動かす大掃除の機会に、「住宅用火災警報器の適切な維持管理」、「家具類の転倒・落下・移動防止対策」および「トラッキング火災の防止」を実施しましょう。☎清瀬消防署☎042-491-0119

### <住宅用火災警報器の適切な維持管理>

古くなった住宅用火災警報器は、電子部品の寿命などにより火災の時に作動しなくなることがあるため、この大掃除の機会に住宅用火災警報器の点検を行うとともに10年を目安に交換しましょう。

### <家具類の転倒・落下・移動防止対策>

家具類の転倒・落下・移動防止対策(通称「家具転対策」)とは、地震の揺れで倒れるなどした家具や家電などがなどを防ぐために、家具類を固定し、落下防止などの対策です。地震から大切な命を守るため、この機会に家具転対策を実施しましょう。

### <トラッキング火災の防止>

トラッキング現象とは、コンセントに差し込んだプラグの差し刃間に付着した綿埃などが、湿気を帯びて微小なスパークを繰り返し、差し込みプラグの絶縁が破壊され、やがて差し刃間に電気回路が形成され出火する現象をいいます。

トラッキング現象による火災は、長期間コンセントに差し込まれているプラグ部分に埃や湿気が溜まることで発生し、発見が遅れると思われぬ被害につながる場合があります。大掃除の機会にコンセントのプラグ周りなどを確認しましょう。

特に冷蔵庫や洗濯機などの水回りのコンセントは、トラッキングの危険性が増加するため注意が必要です。



## 1年をふり返って ~令和3年の清瀬~

令和3年(2021年)も残すところわずかとなりました。皆さまにとってどんな1年だったでしょうか? ここでは、令和3年の清瀬を写真で振り返ります。☎秘書広報課広報広聴係☎042-497-1808

1月18日~29日 横浜アメリカ山のはちみつ関連商品の販売会	3月 桜とカタクリ	5月6日 新庁舎開庁式
5月14日 ひまわりの種蒔式	6月7日 令和3年初めてとなるはちみつの採取	7月3日~8月1日 文化勲章受章記念 澄川喜一展
8月20日 東京2020パリンピック聖火リレー 清瀬市探火式	8月25日 カヌースプリント競技日本代表の久保田愛選手表敬訪問	9月 郷土博物館デザインフードロス対策自動販売機を設置
10月2日~31日 郷土博物館特別展「走れ! 清瀬鉄道物語」	11月5日~ マンホールカード配布開始	11月16日・17日 立科産りんごの出張販売

社会福祉法人 上宮会グループ  
**清瀬リハビリテーション病院**

診療科目: 内科、呼吸器科、消化器科、小児科、リハビリテーション科、歯科(総合リハビリテーション施設)

病床数: 168床

診療受付時間: 内科・小児科 曜日 月~金 時間 9:00~11:30 13:00~16:30 休診 土日祝 歯科 曜日 火水木土 時間 9:00~11:40 13:00~16:30

☎042-493-6111 〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-33 http://www.kiyose-reha.jp

社会福祉法人 上宮会グループ  
**特別養護老人ホーム(指定介護老人福祉施設) 上宮園**

特養 定員 100床  
ショートステイ 定員 8床(他空床利用10床)  
デイサービス 1日 25名  
居宅介護支援事業所

特養・ショートステイ ☎042-493-6118 ☎042-494-1990 ☎042-491-3200  
デイサービス ☎042-493-6118 ☎042-494-1990 ☎042-491-3200  
居宅介護支援事業所 ☎042-493-6118 ☎042-494-1990 ☎042-491-3200

〒204-0023 東京都清瀬市竹丘3-3-31 http://www.jyogu.com/jyoguen/

医療・介護・福祉サービスに取り組み、信愛グループが提供する安心の住まいにみどりの樹清瀬が加わりました  
**東京都清瀬市下清戸4丁目709-17 2020年秋運営開始 みどりの樹清瀬**

入居者募集中! デイ利用者募集中!

みどりの樹清瀬には、2つのサービスがあります。  
☐サービス付き高齢者向け住宅 全34室  
☐デイサービス 1日定員30名

社会福祉法人 信愛報恩会 みどりの樹 清瀬 ☎042-494-6161  
http://www.shin-ai.or.jp 資料請求・お問合せなどお気軽にご連絡ください。

お庭の事なら個人邸専門の  
~(株)庭屋中村へ~

※見積無料 ☎0120-194-284 (株)庭屋中村  
いくよにわし

植木剪定1本の高さと値段  
(1~3m未満) 3,000円  
(3~4m未満) 6,000円  
(4~5m未満) 8,000円

造園・土木作業の価格の目安  
(コンクリート打ち) 1㎡/ 8,000円  
(ブロック3段積) 1㎡/11,300円  
(白砂利敷き) 1㎡/ 3,000円

・親切・丁寧な対応をお約束いたします  
・植木1本でもお伺いさせて頂きます  
・小さなお庭づくりもお任せ下さい

詳しくは! (株)庭屋中村 検索