

## 《 新型インフルエンザへの対応について 》

以下のことに心がけて下さい。

- ※ 手洗い・うがいを励行する。
- ※ 外出を控え、人混みをできるだけ避ける。
- ※ 登校前に「健康自己チェック」を行い、次のように行動する。

### ○体温測定結果が38度以上ある場合

→居住地の「発熱相談センター」に電話相談

長崎市保健所	095-829-1153	(長崎市)
佐世保市保健所	0956-25-9646	(佐世保市)
西彼保健所	095-856-0691	(西海市、長与町、時津町)
県央保健所	0957-26-3304	(諫早市、大村市、東彼杵町、川棚町、波佐見町)
県南保健所	0957-62-3287	(島原市、雲仙市、南島原市)
県北保健所	0950-57-3933	(平戸市、松浦市、江迎町、鹿町町、佐々町)
五島保健所	0959-72-3125	(五島市)
上五島保健所	0959-42-1121	(新上五島町、小値賀町)
壱岐保健所	0920-47-0260	(壱岐市)
対馬保健所	0920-52-0166	(対馬市)
佐賀県発熱コールセンター	0120-82-1025	(はつねつ センター に コール)

→欠席の連絡(症状、今後の受診予定など)：学生課教務係(0956-34-8419)

→保健所などの指示に従い、発熱外来もしくは指定病院で受診。

\*その後の「入院」or「帰宅」等については必ず指示に従って下さい。

→診察結果の報告：学生課教務係(0956-34-8419)

### ○体温測定結果は38度未満だったが、その後、微熱を感じ、体調不良等の自覚症状が出てきた場合

→登校後、すぐに「保健室」に行き、相談。検温等を行う。

→微熱確認の場合：保健室で様子観察。(※保健師の指示に従って下さい)

→38度以上の発熱になれば、保健室から佐世保市保健所等に連絡し、上記と同様の対応を取ります。

その他の場合は、通常通り、登校して下さい。

# 新型インフル対策（重要）

## インフルエンザにはこうやって感染します

### 【飛沫感染】

感染した人の咳、くしゃみ、つばなどとともに放出されたウイルスを健康な人が吸い込むと感染することがあります。

### 【接触感染】

感染した人がくしゃみや咳を手で押さえた後や鼻水を手でぬぐった後に他のもの（机、ドアノブ、つり革、スイッチなど）に触ると、ウイルスが付着することがあります。

その付着したウイルスに健康な人が触れた後に目、鼻、口に再び触れると、粘膜・結膜などを通じて感染することがあります。

## インフルエンザの症状は

- ・咳や鼻水が出る
- ・突然の高熱、全身のだるさ、頭痛、筋肉痛等がある
- ・インフルエンザの症状は、新しいウイルスによって変わる可能性があるため、そのつど変更される可能性があります。

## インフルエンザにかからないために

- ・必要のない外出は控えてください（特に人が集まる場所）。
- ・外出したらうがい、手洗いを行って下さい。

### 【咳エチケット】

- ・周囲の人から1m以上離れてください。

咳やくしゃみのしぶき（飛沫）は約2m飛びます。

- ・ティッシュで口を覆い、顔をそらして下さい。

マスクがない場合は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそらして、1m以上離れます。

- ・外出したらうがい、手洗いを行って下さい。

手洗いは石鹸を使って最低15秒以上行い、洗った後は清潔なタオルやペーパータオル等で水を十分に拭き取りましょう。

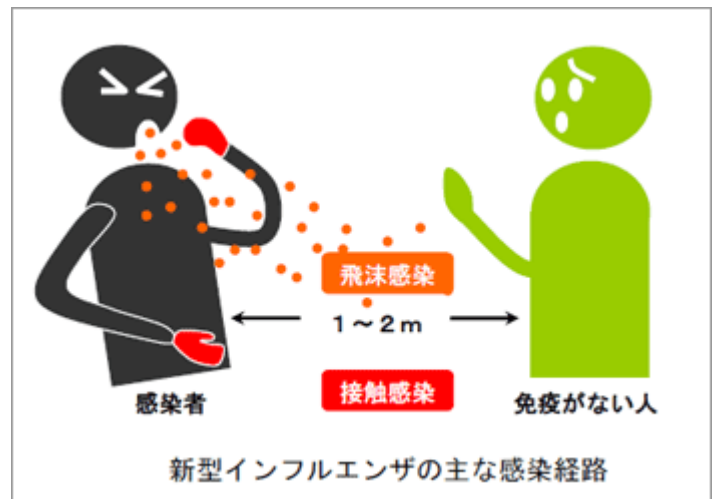
- ・口を覆ったティッシュはゴミ箱へ。

- ・咳やくしゃみを抑えた手はただちに洗ってください。

咳やくしゃみを手で覆ったら、手を石鹸で丁寧に洗いましょう。

- ・マスクを着用してください。

咳、くしゃみが出たらマスクを着用しましょう。また、家庭や職場でマスクをせずに咳をしている人がいたら、マスクの着用をすすめましょう。



## 新型インフルエンザとは

### 【通常のインフルエンザとの違い】

新型のインフルエンザは誰も免疫をもっていないため、通常のインフルエンザに比べると、感染が拡大しやすく、多くの人がインフルエンザになることが考えられます。

### 【治療方法は？】

- ・主な治療法は抗インフルエンザウイルス薬(タミフル・リレンザ)の投与です。
- ・現在、我が国のタミフルの備蓄は約 3,380 万人分程度です。

### 【情報収集が大切です】

- ・新型インフルエンザの情報は国や地方自治体から発生状況を随時公表しています。
- ・信ぴょう性が低い情報や噂に惑わされることなく、正確な情報を収集し、パニックに陥らないよう、冷静に対応しましょう。
- ・新型インフルエンザは誰でもかかる可能性がありますので、患者さんに対して偏見や差別を持たないようにしましょう。

## インフルエンザにかかったかな、と思ったら

- ・まず学生課(0956-34-8420)に連絡するとともに、[保健所等に設置された下記の発熱相談窓口](#)に連絡してください。

機関名	電話番号	管轄区域
長崎市保健所	095-829-1153	長崎市
佐世保市保健所	0956-25-9646	佐世保市
西彼保健所	095-856-0691	西海市、長与町、時津町
県央保健所	0957-26-3304	諫早市、大村市、東彼杵町、川棚町、波佐見町
県南保健所	0957-62-3287	島原市、雲仙市、南島原市
県北保健所	0950-57-3933	平戸市、松浦市、江迎町、鹿町町、佐々町
五島保健所	0959-72-3125	五島市
上五島保健所	0959-42-1121	新上五島町、小値賀町
壱岐保健所	0920-47-0260	壱岐市
対馬保健所	0920-52-0166	対馬市

なお、休日・夜間等の相談は下記対策本部へご連絡ください。

新型インフルエンザ対策本部(県庁内に設置)

電話:095-895-2046

FAX:095-895-2572

**※医療機関に直接行くことは絶対しないで下さい。**

## 感染を拡大させないために

- ・必要のない外出は控えてください(特に人が集まる場所)。
- ・外出したらうがい、手洗いを行って下さい。
- ・発症したら、マスクをして感染が広がらないようにしましょう。
- ・マスクだけでは感染を完全に防ぐことはできませんので、お互いに距離をとるなど、他の感染防止の方法も行いましょう。

## 本人・家族が新型インフルエンザにかかったら

- (1) 感染した可能性がある場合は、医療機関ではなく保健所等に設置される発熱相談センターに電話で問い合わせし、指定された医療機関で受診してください。
- (2) 医療機関を受診するときは、必ず電話で事前に連絡し、受診する時間や入口などについて問い合わせてください。
- (3) 受信する時はマスクを着用します。マスクがない場合は「咳エチケット」を心がけ、周囲に感染させないように注意してください。
- (4) 公共の交通機関(電車、バスなど)の利用は避け、できる限り自家用車などを利用してください。適切な交通手段がない場合は発熱相談センターに問い合わせてください。
- (5) 感染が確認されたら入院して治療を受けることになります。
- (6) 感染している可能性が高い同居者などは外出を自粛し、保健所へ健康状態を報告することが法律で定められています。また、状況に応じて抗インフルエンザ薬(タミフルなど)が配布されることがあるので、保健所からよく説明を聞きましょう。

### 【患者を看護・介護するときの注意点】

- ・患者はなるべく家族とは別の個室で静養し、マスクを着用し、咳エチケットを心がけます。
- ・家族は手洗い、うがいを徹底し、マスクを着用します。
- ・患者の看護や介護をした後は必ず水と石鹸による手洗い、またはアルコール製剤による消毒をします。
- ・患者が使った食器や衣類は、通常の洗剤によって消毒することができます。

## インフルエンザの流行が社会に及ぼす影響

インフルエンザの流行により、以下のようなことが求められることもあります。

- ・患者やその同居者等の外出自粛
- ・地域の人と人との接触機会を減らすための外出自粛
- ・学校などの臨時休業
- ・企業の業務の縮小・停止
- ・集会、イベント、コンサートなどの中止、延期
- ・流行地からの帰国、および渡航の制限