

壬生野地域まちづくり協議会
〒519-1424 伊賀市川東 4539 番地の 4
壬生野地区市民センター内
Tel: (45)8900 ・ Fax: (45)8901
E-mail tokimeki@ict.ne.jp
URL http://www.mibunet.net



新型インフルエンザに備えよう。

新型インフルエンザとは、季節性インフルエンザと抗原性が大きく異なるため、一般に免疫を獲得していないことから、全国的かつ急速にまん延するおそれがあるといわれています。通常のインフルエンザは、毎年秋以降に流行しますが、今年は豚に由来する新型インフルエンザが重なって流行するものと考えられています。

新型インフルエンザは、感染したほとんどの方が比較的軽症のまま数日で回復していますが、持病のある方々などは、感染することで重症化するリスクがあります。



症状は、突然の高熱、咳、咽頭痛、倦怠感に加えて、鼻汁・鼻閉、頭痛等であり季節性インフルエンザと類似しています。なお、季節性インフルエンザに比べて、下痢などの消化器症状が多いといわれています。

感染経路は、通常のインフルエンザと同様で、咳やくしゃみとともに放出されたウイルスを吸い込むことによっておこる飛沫感染と、ウイルスが付着したものにふれた後、目・鼻・口などに触れることで、粘膜・結膜などを通じて感染する接触感染が考えられています。

感染を予防のためには、手洗い・うがいをしっかりとすることが大切です。



手洗いは、外出後だけではなく、可能な限り、頻回に行いましょう。石けんを使って最低 15 秒以上洗い、洗った後は清潔なタオル等で水を十分に拭き取りましょう。

また、ウイルスが粘膜を通して感染するため、極力鼻や口などを触らないようにしましょう。咳、くしゃみの際の「咳エチケット」も感染防止の上では大切です。咳やくしゃみ等の症状のある人には必ずマスクをつけてもらいましょう。

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫及びそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ効果が高いとされています。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクをつけましょう。

一方で、予防用にマスクを着用するのは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防策と考えられますが、屋外などでは、相当混み合っていない限り着用する効果はあまり認められていません。

感染したか疑うべき症状は、38 以上の発熱があり、咳や咽頭痛等の急性呼吸器症状を伴う場合にはインフルエンザに感染している可能性があります。また、インフルエンザに感染している方

お見事!! 壬生野小学校運動会

9 月 19 日(土) 壬生野小学校の運動会が、ここ近年にない秋晴れのもと、全校 222 名がそろって行われました。

徒競走、低・中・高学年リレー、表現運動、全校児童の綱引き・さくら会競技『まあ! 4 (フォー) のじゅうたん』、色別応援など、子どもたちは家族や地域の人々の声援を受けながら精一杯演技していました。特に表現運動では、繰り返し練習した成果を発揮することができました。



1・2 年生の『Go/Go! ピラミッド』 3・4 年生の『どっこいしょソーラン 2009』



5・6 年生の『宇宙へ! 未来へ!』

寄せ植え教室開催のご案内

11 月 28 日(土)午後 1 時 30 分～ 壬生野地区市民センター於
費用 1,000 円程度(材料費として)、 募集人員 20 名程度。
募集等の詳細は、後日お知らせいたします。

教育文化専門委員会



山畑勝手神社秋の大祭

10 月 10 日(土) 宵宮 奉納角力

10 月 11 日(日) 県無形文化財

神事踊り「カッコ踊り」



今年、文化庁による撮影が、カッコ踊りの花作りから練習、衣装付け、本番と行われ、DVDとして千円程度で販売される予定です。
お祭りを見学して映像のひとコマに写ってみませんか。

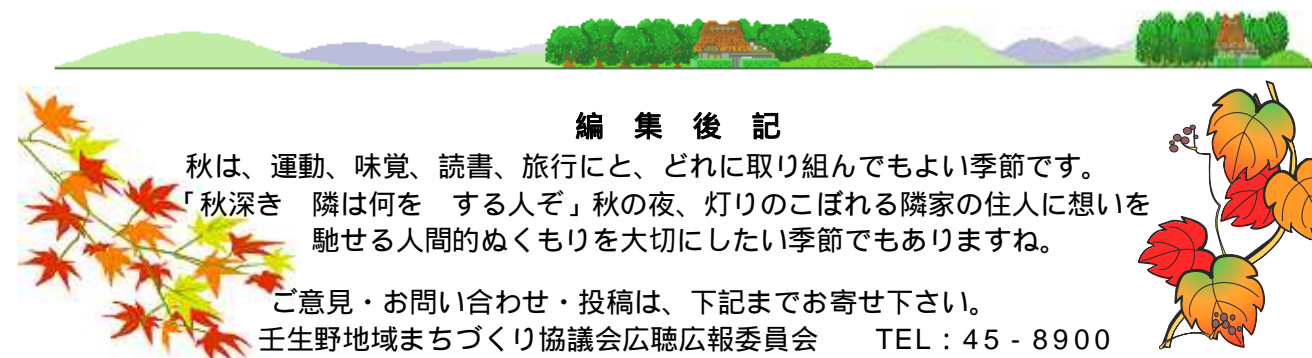


スケッチは岡森辰義さん(山畑区)の作です。

編集後記

秋は、運動、味覚、読書、旅行にと、どれに取り組んでもよい季節です。「秋深き 隣は何を する人ぞ」秋の夜、灯りのこぼれる隣家の住人に想いを馳せる人間的ぬくもりを大切にしたい季節でもありますね。

ご意見・お問い合わせ・投稿は、下記までお寄せ下さい。
壬生野地域まちづくり協議会広報委員会 TEL: 45 - 8900



第2回 いがまち人権センター解放講座開催のご案内



	日 時	講 演 内 容	講 師
1	7/10(金)	「ぼけ」でも心は活きている ～認知症の理解と人権～	高見 国生
2	10/23(金)	子どもを守るまちづくり	山中 多美男
3	12/4(金)	大人の学び～部落差別をなくす主体者として～	江本 優子
4	2/19(金)	「障がい」者の置かれている人権状況と次のステップへ	森本 タツ子

「ぼけ」という言葉は、認知症患者を蔑視する言葉ですが講演の内容上使用しています。
 開催場所：いがまち人権センターホール(伊賀市柘植町 8898 番地)
 駐車場のスペース及び環境保護の観点から「乗り合わせ」でお越し下さい。
 開催時刻：午後7時30分から9時(いずれも)

第61回全国人権同和教育研究大会にご参加ください。

「差別の現実から深く学び、生活を高め、未来を保障する教育を確立しよう。」をテーマとした全国人権・同和教育研究大会が三重県で開催されます。全国的な動きや各地で取り組まれている教育実践を知ることにより、今後のまちづくり活動に活かすとともに、差別の早期解決を図るために、壬生野地域まちづくり協議会人権・同和、人権研修合同委員会では、標記の大会の参加者を募集しますので、参加ご希望の方は、10月31日(土)までに、まちづくり協議会事務局へお申し出下さい。

開催日時：11月28・29日(土・日)の2日間(1日のご参加でも可能です。)
 開催場所：四日市ドーム、桑名市民会館、鈴鹿市民会館及び各市の公共施設
 参加費用：まち協負担。但し、移動にかかる費用、昼食代等は、自己負担とさせていただきます。
 移動方法：公共交通機関
 その他：集合日時、場所等詳細は、別途参加者にご連絡します。



車上ねらいが急増中です!!

伊賀署管内で前年同期比2倍と倍増しています。被害車両の40%が無施錠、90%が車内に置き去りにしたバック等です。
 ・車内の見えるところにバック等を置かない。
 ・ドアロックを徹底する。
 気を緩めずに、しっかりとした防犯対策をとりましょう。もし、不審者(車両)を見かけた場合は伊賀署(0595-21-0110)へ通報し、また、車のナンバーを覚えておきましょう。

主 催	講 師	場 所	日 時	演 題
壬生野地区健康の駅長 健康福祉専門委員会	村山 卓 <small>たかし</small> 氏	伊賀市上野総合市民病院院長 壬生野地区市民センター	平成21年11月8日(日) 午後2時から	「生活習慣病と健康管理について」 健康作り講演会のお知らせ

との接触歴があるなども、感染を疑う上での参考になります。ただし、症状で新型インフルエンザと季節性インフルエンザを見分けることはできないと言われています。

なお、持病のある方々など、感染することで重症化するリスクのある方は、なるべく早めに医師に相談しましょう。



小児

呼吸が速い、息苦しそうにしている。
 顔色が悪い(土気色、青白いなど)。
 嘔吐や下痢が続いている。
 落ち着きがない、遊ばない。
 反応が鈍い、呼びかけに答えない。
 意味不明の言動がみられる。
 症状が長引いて悪化してきた。

大人

呼吸困難または息切れがある。
 胸の痛みが続いている。
 嘔吐や下痢が続いている。
 3日以上、発熱が続いている。
 症状が長引いて悪化してきた。

感染者が自宅治療となった場合は、患者はなるべく家族とは別の個室で静養することとし、

マスクの着用や「咳エチケット」を心がけてもらう、手洗い、うがいを徹底し、マスクを着用する、患者の看護や介護をした後は必ず石けんによる手洗い、またはアルコール製剤による消毒をする。自宅療養する期間については、

発熱、咳、のどの痛み、鼻水・鼻づまりなどの症状が続いている間はできるだけ外出しない。
 症状が始まった日から5日以内に症状が無くなった場合は、症状が始まった日から7日目まで又は熱が下がった日から2日を経過するまでは、できるだけ自宅に待機する。
 症状が始まった日から6日以上症状が続く場合は、熱が下がった日から2日を経過するまでは、できるだけ自宅に待機する。

次の持病がある方々および次に該当する方々は、

特に手洗いの励行、うがい、人混みを避けるなどして感染しないように注意してください。

慢性呼吸器疾患 慢性心疾患 糖尿病などの代謝性疾患
 腎機能障害 ステロイド内服などによる免疫機能不全
 妊婦 乳幼児 高齢者



インフルエンザ脳症については、インフルエンザ発病後急に病状が悪くなる病気で、主に5才以下の乳幼児がかかります。その初期にはインフルエンザの症状に加えて、(1)呼びかけに答えないなどの意識障害、(2)意味不明の言動、(3)持続性のけいれんなどの症状が現れます。このような症状が見られた際には、速やかに医療機関を受診して下さい。また、強い解熱剤によりインフルエンザ脳症がより重症化することがあるため、解熱剤の使用はかかりつけの医師に相談しましょう。

7月8日から発熱外来の設置等を行なわれていません。
 インフルエンザの症状がある場合は、一般医療機関で受診しましょう。

[厚生労働省新型インフルエンザ対策情報及び伊賀市のHPから引用]