



ノロウイルス食中毒に要注意!

冬季は、全国的にノロウイルス食中毒が続発します。予防するには、石けんを使ってこまめに手を洗い、調理器具を適切に消毒しましょう。

- ▶ **原因となる主な食品** 感染した人の手指などを介してウイルスが附着した食品や、汚染された二枚貝
- ▶ **感染経路** 汚染された二枚貝などを生あるいは十分に加熱処理せずに食べた場合や、感染している調理者が触れた食品、処理が不十分な患者の便・おう吐物を介して感染する
- ▶ **潜伏期間** 感染から発症まで24~48時間
- ▶ **主な症状** 吐き気、おう吐、下痢、腹痛など
※症状は1~2日続きます。また、感染しても症状がない場合があるため注意が必要です。
- ▶ **問い合わせ** 県生活衛生課 ☎028(623)3109

食品衛生指導員に聞きました!



清潔・迅速・
温度管理に注意を

黒磯分会長 中国料理 湖畔店主
あきもと かずのり
秋元 一範 さん

食中毒予防の原則は、「つけない・増やさない・やっつける」ことの3つです。原因となる菌などは、手洗いを徹底してついたり広めたりしないこと、食材の温度管理に注意して増やさないこと、加熱してやっつけることが重要です。

調理中は、肉や魚を切った包丁やまな板を消毒してから食材を扱うようにするとともに、加熱が必要な食材は中心部までよく加熱しましょう。冬場でも暖房の影響で菌が増えやすくなるため、食材の扱いには常に注意してください。ノロウイルス対策としては、手が感染源になるので、手洗いだけでなくドアノブなど手が触れる部分の消毒を行ってください。ウイルスには次亜塩素酸ナトリウムを使用した消毒が効果的です。

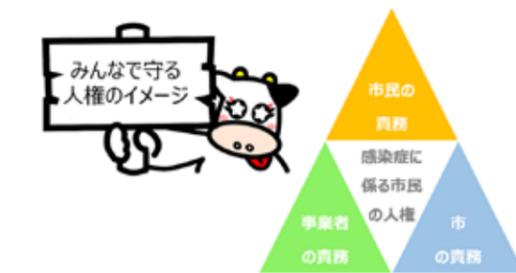


11月14日は世界糖尿病デーです

糖尿病は、食べ過ぎや運動不足、バランスの悪い食事や欠食などの生活習慣が乱れることで引き起こされます。血糖値をコントロールする「インスリン」の不足や働きが悪くなり、血液中に余分なブドウ糖がある状態が続く、発症します。

- ・40歳以上の人は、毎年特定健診を受けましょう。
- ・30歳・35歳の人は、節目健診を受けましょう。
- ・職場などの健診を定期的に受けましょう。
- ・健診の結果を必ず確認して、毎年データの变化を見て、自分の生活習慣について振り返りましょう。
- ・血糖値が高い場合は医療機関を必ず受診し、自分の生活習慣の改善をしましょう。

▶ **問い合わせ** 健康増進課 ☎0287(63)1100



新型コロナウイルス感染症に係る市民等の人権の擁護に関する条例

新型コロナウイルスワクチンを接種しないことや、感染による誹謗中傷や差別といった人権侵害が起こる恐れがあります。市では、市民を守るため、「那須塩原市新型コロナウイルス感染症に係る市民等の人権の擁護に関する条例」を制定しました。この条例では、市民、事業所や市のそれぞれが感染症に係る責務を明らかにすることで、人権侵害を未然に防ぐとともに、人権侵害における被害からの迅速かつ適切な救済を図り、市民が安心して暮らすことができる地域社会の実現を目指すものです。

- ▶ **問い合わせ**
☎新型コロナウイルス感染症対策室
☎0287(62)7197

新型コロナウイルスワクチンの最新情報はホームページ・みるメールでお知らせしています

▶ 問い合わせ ☎新型コロナウイルス感染症対策室 ☎0287(62)7197



11月7日(日)が市の接種1回目の最終日です

市が行う新型コロナウイルスワクチンの1回目の接種は、11月7日で終了します。

《今後のワクチン接種のお知らせ》

市では、11月8日以降に12歳になる人など、新たに接種対象となる人や、この日までに接種ができなかった人に対する接種の方法を検討しています。

また、追加接種(3回目接種)*なども、国や県から詳しい情報が届き次第、市のホームページやみるメールなどでお知らせします。

※2回目接種から8カ月後が接種目安とされています。



市ホームページ



1,000円で受けられるPCR検査

市では、無症状の感染者を早期に発見し、感染拡大を防ぐため、PCR検査を手軽に受けられる体制を整えています。ワクチンを接種した後も、感染の不安がある人は利用してください。

- ▶ **検査費用** 1回当たり1,000円
※1回で家族5人まで検査できます。中学生以下は無料。
- ▶ **検査実施時間** 午前10時~正午、午後1時~3時
※月曜の午後、水曜は休み。
- ▶ **検査事業所**
コロナPCRセンター那須塩原(島方727-4)
※東那須野中学校から波立小学校方面に約800メートル進んだ右側。

検査詳細 予約はこちら ☎0287(73)5250

だ液によるPCR検査です。予約受付コールセンターに電話して予約してください。

- ▶ **受付時間**
平日午前8時30分~午後5時15分
※水曜は午後7時まで。
※検査日は電話予約から1週間後以降になります。

〈予約をした後は〉

自宅に検査キットと予約票が届きます。検査日に、検査キットを使って採取しただ液を検査事業所(コロナPCRセンター那須塩原)に持参してください。検査日の翌日以降に検査結果を電話や通知で連絡します。

〈陽性と判定されたら〉

必ず市が指定する医療機関で二次検査を行います。だ液によるPCR検査での陽性判明後、二次検査の結果が出るまでは外出を自粛してください。

▶ 制度についての問い合わせ

☎新型コロナウイルス感染症対策室
☎0287(62)7197



詳しくはこちら