

新型インフルエンザ《インフルエンザA (H1N1)》情報

各国で、新型インフルエンザの感染が拡大しています。
正しい知識で、感染を予防しましょう。

→ どうやって感染するの？

新型インフルエンザ患者の咳やくしゃみと一緒に飛び出たウィルスを直接吸い込んだり、ウィルスが付いた所を触った手を介したりして感染します。

→ 症状は？ 発熱、喉の痛み、鼻閉・鼻汁、咳など、通常のインフルエンザとほぼ同じです。



予防方法は？

- ①手洗い・うがいをしっかり行いましょう。
- ②流行してきたら、人混みや繁華街への外出を控えましょう。
- ③熱・咳・喉の痛み・鼻水などの症状がある人はマスクをつけましょう。
- ④栄養・睡眠をしっかりとって、体調管理をしましょう。



豚肉は食べても大丈夫なの？

豚肉は食べても感染しません。
豚肉・豚肉加工品は、いつも通りに十分加熱して食べましょう。



十分加熱してね

海外渡航を予定している方へ

メキシコやアメリカに渡航を予定している方は、不要不急の渡航は延期してください。

それ以外の発生国へ渡航する時には、次のことに注意してください。

- ①マスクを着用する。
- ②積極的に手洗い・うがいをする。
- ③インフルエンザ様症状が出た時には、現地の医療機関を受診する。



→ 症状が出たらどうするの？

気になる症状があったら、すぐに医療機関へは行かず、まずは保健所の発熱相談センターやお住まいの市町に電話をしましょう。



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、夜間等のご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 095-895-2046 (24時間対応)

慌てず、冷静な対応で、新型インフルエンザを予防しましょう。