

地域の皆様お元気ですか！

これから寒さも厳しくなるかと思いますので、くれぐれもお体に気をつけて下さい。

インフルエンザ・新型コロナ・マイコプラズマ肺炎などの感染症予防のお願い

この冬は全国的にインフルエンザ・新型コロナ・マイコプラズマ肺炎が流行しています。

インフルエンザと新型コロナは、重症化リスクの高い方への同時流行の警戒が必要です。

1人ひとりの咳エチケットや手洗いの励行など、基本的な感染症対策に努めていただきますようお願いいたします。

《インフルエンザ対策のポイント》

- こまめな手洗い、消毒
- 着用が効果的な場面でのマスク着用
- 休養、栄養・水分補給
- 咳エチケット
- 適度な室内加湿・換気



《新型コロナウィルス感染症》

いずれの感染症も、接触感染、飛沫感染を防ぐためには『人混みでのマスク着用・3密の回避・手洗いと消毒』が予防に有効です。

《マイコプラズマ肺炎の予防と対策》

手洗いはしっかりと。タオルの共用は避けましょう

濃厚接触により感染することが多いと考えられています。普段から流水と石けんによる手洗いをするのが大切です。また、感染した場合は、家族間でもタオルの共用は避けましょう。咳の症状がある場合には、マスクを着用するなど“咳エチケット”を守ることを心がけましょう。



《感染予防と対策まとめ》

基本的な感染対策は変わりません。3密（密接・密集・密閉）の回避、手洗いや手指消毒、効果的な換気、マスクの適切な着用などは有効です。

参考資料：神河町 新型コロナウィルス感染より抜粋

新メンバー紹介：佐藤 和雄

皆様がお元気にお過ごし出来ますように、お手伝いさせていただきます



「地域のお茶の間」

2月21日（金）

江戸川コミュニティ会館

午前10時から12時

「干支の巳の折り紙」作成

次回開催日：3月28日（金）



「みんなのいこい」

2月20日（木）

なごみの家 瑞江

9時30分から11時30分

将棋・囲碁・オセロ・麻雀

次回開催日：3月27日（木）



皆様のご来場をお待ちしています

江戸川みまもり隊 代表 伊久美 明

事務所：江戸川区江戸川1-11-3（社会福祉法人 江東園となり）

※介護のご相談は江東園熟年相談室へ 03-3677-4631

【風邪・インフルエンザ・コロナ・マイコプラズマ肺炎の症状や原因の違い】

	風邪	インフルエンザ	コロナ	マイコプラズマ肺炎
症状	発熱（37～38℃程度） 喉の痛み、鼻汁、咳	発熱（38℃以上の高熱） 喉の痛み、頭痛、倦怠感、筋肉痛	発熱（37℃以上） 咳、頭痛、倦怠感、味覚障害、食欲不振	発熱（37℃以上） 頭痛、痰を伴わない乾いた咳が3-4週間持続
発症	ゆるやか	突然現れる	緩やかだが、急変する場合もある	ゆるやか
ワクチン費用		ワクチン接種 ※ 3,500 円前後	ワクチン接種 ※15,000～17,000 円	
治療方法	対症療法	抗インフルエンザ薬（発症してから48時間以内）、対症療法	抗ウイルス薬 対症療法	対症療法、抗菌薬
原因	様々なウイルス	インフルエンザウイルス	コロナウイルス	肺炎マイコプラズマ
潜伏期間	1～3 日間	1～3 日間	2～7 日間	14～21 日間

※ 江戸川区では 65 才以上の方は各 2,500 円（締切:インフル 1/31 コナ 3/31） 出典：厚生労働省「健康・医療」感染症情報