



インフルエンザについて

一昨年、流行した新型インフルエンザ (A/H1N1) は、平成23年4月1日から通常の季節性のインフルエンザに変わりました。

季節性インフルエンザは例年12～3月ごろに流行します。まずは、いつもの手洗い、うがい、マスク、咳エチケットで予防を心がけましょう。

*インフルエンザはどうやってうつる？

インフルエンザに感染した人が咳やくしゃみをすることで、空気中に飛び散ったウイルスを、別の人が口や鼻から吸い込んでしまい、ウイルスが体内に入り込み感染します。

また、感染した人が咳やくしゃみを手で押さえた後や、鼻水を手でぬぐった後に、ドアノブやスイッチなどに触れると、その触れた場所に飛び散ったウイルスが付着することがあります。その場所に別の人が手で触れ、さらにその手で鼻や口に再び触れることにより、粘膜などを通じてウイルスが体内に入り感染します。

*咳エチケット

咳エチケットとは、人に向かって咳やくしゃみをしないことです。とっさに出そうなときは、周囲の人から顔をそらし、用意があればティッシュなどで口・鼻をおおいます。咳・くしゃみが続くときはマスクを着用し、人にうつさないようにしましょう。

いつ起こるかわからない、新たな「**新型インフルエンザ**」に備えて、一人ひとりのインフルエンザ対策を徹底しましょう。



「インフルエンザ ワクチンについて」

川口市立医療センター
内科



部長 山崎博之

「インフルエンザ」とはインフルエンザウイルスが原因で起こる病気で、突然の発熱や倦怠感などの全身症状が特徴です。伝染性が非常に強く、短期間に人から人へ感染し広範囲で流行すること、症状が激しく重症化しやすいこと、肺炎や脳症などの合併症を引き起こして死に至ることもあることから予防が大切です。その第一はワクチン接種です。

インフルエンザワクチン接種の主な目的は、インフルエンザに感染することによって重い健康障害に至る危険性が高い人（高齢者や小児、基礎疾患を持っている人など）が、入院や死亡などの危篤な状態になるのを防ぐことですが、多くの人が接種を実施して周囲の人に感染が広がることを抑えることも重要です。つまり、接種を希望する人はすべて接種対象者といえます。ワクチンの効果の発現と持続時間には個人差があり、一般的にはワクチン接種後2週間目ごろから5カ月間程度効果が持続するとされています。日本では12月ごろからインフルエンザの流行が始まることを考えると、遅くとも12月ごろまでに接種することが推奨されます。

ワクチンの副反応として接種から数日中に、注射した部分が赤くなったり腫れたり、硬くなったり痛みが出ることがあります。また、発熱や頭痛、関節痛、下痢、倦怠感などの全身症状がみられることもあります。通常2～3日でこれらの症状は消えますので、特別に処置をする必要はありませんが、必要なときは担当医に相談してください。

防犯

投資用マンションの勧誘電話について 家庭や職場などへ、投資用マンション販売の悪質な勧誘電話が増えています。

○相手の狙いは

- ①相手の目的は、こちらの弱みを突いて圧力をかけ契約させることです。
- ②相手はグループで活動することが多く、会社名や営業員を替えて言葉巧みに交渉してきます。

○対応のポイントは

- ①相手の話を聞く必要はありません。
 - ・興味や関心があるような会話はしない。
 - ・「結構です」「今は忙しいから」などの言葉は使わない。
- ②不要と判断したら、毅然とした態度で断ることが基本です。
- ③断るのに理由を言う必要はありません。
 - ・「必要ありません」「お断りします」「電話を切らせていただきます」などとハッキリ伝えて電話を切る。

○相談窓口

- ・川口市消費生活相談コーナー ☎048-258-1241
- ・埼玉県消費生活支援センター (SKIPシティ内) ☎048-261-0999
- ・川口警察署 ☎048-253-0110
- ・武南警察署 ☎048-286-0110

問い合わせ…防犯対策室 ☎048-258-5707



「本格的にフットサルがしたい」と思うようになったころ、雑誌の募集記事がきっかけとなりブラジルで大会に参加する機会を得た。そこで

「本格的にフットサルがしたい」と思うようになったころ、雑誌の募集記事がきっかけとなりブラジルで大会に参加する機会を得た。そこで



「本格的にフットサルがしたい」と思うようになったころ、雑誌の募集記事がきっかけとなりブラジルで大会に参加する機会を得た。そこで

2011シーズンから関東女子フットサルリーグに参戦している「アヴェントウーラ川口」。昨年の埼玉県女子フットサルリーグ覇者の立役者で、選手と監督の2役でチームを引っ張る。また、昨年12月にスペインで開かれた「第1回世界女子フットサルトーナメント」には日本代表チームの主将として出場した。

小学4年生でサッカーを始めるも、中学からはバスケットボールに。大学3年で再びサッカーに戻り、夢中でボールを追いかけて大学選手権大会にも出場した。

社会人になってからは、時間の制約でサッカーの活動が困難になったため、サッカーより少ない人数で競技できるフットサルに転向した。2つの競技は似ているように見えるが、ポジションニングや動きがまるで違う。動きは、バスケットボールの経験が生きているという。

「本格的にフットサルがしたい」と思うようになったころ、雑誌の募集記事がきっかけとなりブラジルで大会に参加する機会を得た。そこで



アヴェントウーラ川口 選手兼監督 藤田 安澄さん (鳩ヶ谷緑町) 女子フットサルチーム

さらなる高みを目指して