

藤岡渡良瀬運動公園陸上競技場の芝生部分貸し出し休止のお知らせ

藤岡渡良瀬運動公園陸上競技場の芝生部分につきましては、平成27年1月6日(火)～3月31日(火)の間、芝生養生のために貸し出しを休止いたします。ご理解とご協力をお願いします。

◆問合せ 藤岡スポーツふれあいセンター ☎(62)1301

青少年育成への寄付 ありがとうございます

今泉町2丁目在住の石川猛様より、青少年育成に役立てて欲しいと100万円の寄付がありました。いただいた寄付をもとに、栃木図書館2階の学習室前に『個人文庫』を設置し、今後5年間にわたり本を購入します。

◆問合せ 本生涯学習課 ☎(21)2492



市長に目録を贈呈した石川氏 栃木図書館に設置された個人文庫

インフルエンザのシーズンに知っておきたいこと

インフルエンザにご注意ください

インフルエンザは、ウイルスに感染することによって起こります。インフルエンザにかかった人が咳やくしゃみなどをするにより、ウイルスが空気中に広がり、それを吸い込むことで感染します。

★こまめな手洗い、うがいを徹底しましょう
★栄養とバランスのよい食事を心がけましょう
★咳エチケットを守りましょう

◆もしかかってしまったら 外出を自粛して、自宅で水分補給と十分な睡眠を心がけてください。熱が下がっても1～2日は自宅で様子を見ましょう。

◆診断を受けたら、学校や会社は休んで十分に休養しましょう。周囲の健康を守ることも、感染を拡げないためのマナーです。

★重症化リスクの高い方は早期に受診しましょう！
◎インフルエンザ予防接種 流行前にインフルエンザ予防接種を受けることは、もっとも有効な予防法のひとつです。

◆市内で予防接種をする場合 平成27年2月28日まで

◆場所 市内協力医療機関 ※予約が必要です。

◆対象者の費用軽減に関して 生活保護世帯に属する方については、接種後に申請することで、自己負担額分の助成を受けることができます。

◆対象 市内在住の65歳以上で、インフルエンザ予防接種を希望する方。

◆自己負担額 1千円

◆接種回数 1回

◆助成金額 1回につき2千円 ※2千円を超えた部分については、自己負担となります。

◆対象 市内在住で、予防接種を希望する満1歳以上小学校就学前のお子さん ※接種後は症状に十分注意し、気になる症状がある場合には、医師にご相談ください。

◆問合せ 本健康増進課 ☎(25)3511

正しい手の洗い方. 1. 流水でよく手をぬらした後に、石けんをつき、手のひらをよくこすります。 2. 手の甲をのぼすようにこすります。 3. 指先・爪の間を念入りにこすります。 4. 指の間を洗います。 5. 親指と手のひらをねじり洗います。 6. 手首も忘れずに洗います。 石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



栃木市マスコットキャラクター とちぎ

「臨時福祉給付金」及び「子育て世帯臨時特例給付金」申請期間を延長しました

手続きのお済みでない方は12月26日(金)までに申請してください。該当すると思われる方には、7月初めに申請書を郵送してあります。ご不明な点は、下記へ問い合わせください。

- ・臨時福祉給付金について 本 社会福祉課 ☎(21) 2201
- ・子育て世帯臨時特例給付金について 本 こども課 ☎(21) 2222

人権週間

12月10日は「人権デー」 「人権デー」とは、1948年12月10日「世界人権宣言」の採択を記念して国連が定めた、世界的な記念日です。日本では人権デーを最終日とする1週間(12月4日～10日)を人権週間とし、人権尊重思想の普及高揚のための啓発活動を全国的に展開しています。本市でも、街頭啓発や特設相談、講演会などを通じ、人権尊重思想への理解をよりいっそう深めていただけるよう、重点的に活動しています。

「人権特設相談」のお知らせ 人権週間の期間中、市では各地域に特設相談所を設け、人権に関する様々な相談に人権擁護委員が対応いたします。予約は不要です。どうぞお気軽に相談ください。

Table with columns: 日時, 場所. Rows include dates from 12月4日 to 12月10日 and locations like 厚生センター, 大平隣保館, etc.

◆日時 12月4日(木)～12月10日(水) ◆問合せ 本 人権・男女共同参画課 ☎(21) 2161

ノロウイルスによる感染性胃腸炎を予防しよう!

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、冬場から春先にかけて流行期となります。

●感染経路・症状 ノロウイルスは、手指や食品を介して経口感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐・下痢・腹痛などを引き起こします。

健康な方は軽症で回復しますが、子どもや高齢者の方などは、重症化したり、吐ぶつが誤って気道に詰まってしまう死亡したりすることがあります。

●治療 ノロウイルスについては有効なワクチンがなく、また治療についても輸液などの対症療法に限られます。

●予防 1. 手洗いの励行 外出から帰宅した時・トイレの使用後・調理や食事

の前などには、石けんを使用して、指先・指の間・爪・手首までしっかりと手洗いを行いましょう。

2. おう吐物や排出物は適切に処理すること 胃腸炎患者のふん便や吐ぶつには、大量のウイルスが排出されます。

3. 清潔さを保つ ノロウイルスは感染力が強いので、人の手などを介してドアノブやトイレの便座及び調理器具など様々な環境に付着して、人への感染機会をうかがっています。

●特に子どもや高齢者の方など抵抗力の弱い方は、加熱が必要な食品は中心部までしっかりと加熱してください。

◆問合せ 本健康増進課 ☎(25)3511

◆問合せ 本健康増進課 ☎(25)3511

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(45)1788

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(62)0904

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(29)1103

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(92)0311

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(55)7781

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(55)7781

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(55)7781

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(55)7781

◆問合せ 本健康福祉課 ☎(55)7781

