予防しよう インフルエンザ!!

インフルエンザを普通のかぜと同じように思っているかたもまだまだ多いのではないでしょうか。全身症状を伴うインフルエンザは、特に抵抗力の弱い高齢者や子どもなどで重症化しやすく、死亡するケースもあります。また、感染力が強く、冬の季節には流行することもあるため、軽視は禁物。インフルエンザから身を守るためのポイントを覚えておきましょう。

また、インフルエンザとSARS（重症急性呼吸器症候群）は症状が似ており見分けることは難しいと言われています。SARS流行地から帰国して、38℃以上の発熱、せき、息苦しさ（呼吸困難）などが出た場合には、医療機関にお問い合わせください。

インフルエンザから身を守るためのポイント

1 外出から帰った時、食事の前には流水と石けんで手を洗う。

2 うがいをする。

3 せきやくしゃみをしている時や人混みに出かける時は、マスクを使用する。

4 バランスのよい食事をとるように心がける。

5 十分な睡眠や休養をとる。

6 インフルエンザの予防接種を受ける。

長良川流域市町村の『川文化ネット・ながら』交流コーナー 5

明宝村　小川の大滝

この大滝は、明宝村小川地区の弓掛川と日出雲川の合流地点から下流へ約1.5㎞下ったところにあります。滝の大きさは本村で最も大きなもので、特に滝壷の迫力は目を見張るものがあります。道路から滝の正面に向かって立つと、落ち口左手の岩は仏の横顔そっくりで、半眼伏目、端正な鼻、あどけない口もと、思わず手を合わせたくなるような様相です。まさしく天然の仏岩といえるでしょう。

【アクセス】
道の駅「明宝」から車で30分

【問合先】
明宝村博物館（☎0575・87・2119）

糸貫町　糸貫川と船来山

糸貫町の中央部には、長良川の上流河川である「糸貫川」が南北に貫いています。現在の「糸貫川」とは違いがあるものの、町北東部に位置する唯一の山である「船来山」と併せて、和歌や伝説などが多く存在します。その一つに、古今集で藤原定家がそこに住む田鶴と結びつけて歌った「君が代は幾万代かかさぬへき　いつぬき川の鶴の毛ころも」などがあります。そして、その藤原定家が別荘を構えたとされる船来山には、「定家が峰」という名も残っています。

また、この「船来山」の古墳から副葬品等も数多く出土していることから、本町は古来から繁栄していたことがうかがえます。

【アクセス】
国道157号沿い樽見鉄道「糸貫駅」下車徒歩20分

【問合先】
生涯学習課（☎323・1161）　古墳と柿の館（☎323・9333）