

10月27日に、河川一斉清掃「川と海のクリーン大作戦」が行われました。

この活動は、国土交通省中部地方整備局や岐阜県、流域市町などが呼びかけ人となり、東海三県の広域で取り組んでいるものです。

町内には木曽川に沿って公園や運動施設などがあり、今回は多くの人が集う米野運動場、笠松みなと公園、笠松緑地公園を中心に清掃活動を行いました。

どの場所も、一見きれいに見えますが、ごみが目立たない堤防斜面などには、多くのごみがポイ捨てされていました。ごみの多くは、コンビニの食べ物の空容器やペットボトルなど、車から「ポイ」と捨てられたと思われるもので、30分ほど活動すると、ごみ袋がいっぱいになり、ポイ捨てごみの多さに驚かされました。

今回は木曽川周辺の清掃が中心でしたが、まちなかでも日ごろの清掃活動などを通じてポイ捨てがはばかれるような環境づくりを進めていきましょう。



堤防などからたくさんポイ捨てごみが

ちょっと実行
ずっと健康



みんなのヘルスケア

インフルエンザを予防しよう

インフルエンザとは

インフルエンザウイルスによる急性の感染症で、大きくA・B・C型の3種類に分けられます。

症状としては、発症直後から38度を超える発熱や頭痛があり、関節痛など全身症状が強く表れるのが特徴です。子どもの場合は急性脳症を、免疫力が低下している高齢者の場合は肺炎などの合併症により重症化することもあり、より注意が必要です。

■予防のポイント

- ① 栄養と休息を十分にとる
- ② 人ごみを避ける
- ③ マスクを着用する

しっかりと手洗いした手で、マスクのノーズクリップを鼻に隙間なく当てましょう。頬とマスクは隙間なく、また顎を包み込むようにプリーツを伸ばし、ゴムを耳にかけましょう。

- ④ 外出後の手洗い・うがい
- ⑤ 適度な温度、湿度を保つ
- ⑥ 予防接種を受ける

発症の可能性を下げたり、万が一感染した場合も重症化を予防できます。予防接種から2週間ほどで抗体ができ、免疫の効果は5か月ほど持続します。

■インフルエンザにかかったかな? と思ったら

38度以上の高熱、咳やのどの痛み、全身の関節痛などがある場合、インフルエンザに感染している可能性があるため、早めに医療機関を受診しましょう。

特に、子どもや高齢者、妊婦、喘息・心疾患や糖尿病などの持病がある方は重篤になりやすいので注意が必要です。

■インフルエンザ予防接種費用の助成

町では、60歳以上の方を対象に、インフルエンザ予防接種費用を助成しています。詳しくは14ページをご覧ください。

【問 合 先】健康介護課 ☎388-7171