

定額給付金の申請はお済みですか？

西原町では、定額給付金の申請受付を4月1日から開始しており、支給対象世帯の約93%に給付を終えております（8月31日現在）。

手続きをまだされていない方は、お手元に届きました申請書に必要事項を記入し、添付書類と共に返信用封筒にて返送いただくか、直接、西原町役場（定額給付担当）へ提出をお願いします。

申請受付は平成21年10月1日(木曜日)までです！

まだ申請されていない方は、お早めにご手続きをお願いします。

■支給対象者

基準日（平成21年2月1日）において①、②に該当する者。

- ①西原町の住民基本台帳に記録されている者
- ②西原町の外国人登録原票に登録されている者（不法滞在者及び短期滞在者は対象外です）

■給付額

給付対象者1人につき12,000円。但し、基準日において65歳以上の者及び18歳以下の者については20,000円の支給となります。

■申請に必要なもの

- ①定額給付金申請書（西原町役場から世帯主へ送付されております）
- ②受取り口座となる通帳の写し
（金融機関、口座番号、預金者氏名（ヨミガナ）がわかるようにコピーをとって下さい）

■申請の受付期間

平成21年10月1日（木曜日）までです。

※申請期間を過ぎた場合は、給付を辞退したものとみなされますのでご注意ください。

●定額給付金に関するお問い合わせ先●

西原町役場 定額給付金対策チーム(福祉課内) ☎(098)882-8885(直通)

～浦添警察署からのお知らせ～

9月11日は警察相談の日です

警察では、犯罪等による被害の未然防止に関する相談、その他県民の安全と平穏についての相談に応じています。

警察安全相談は全国何処からでも

#9110 又は ☎863-9110

◆浦添警察署

☎875-0110

※緊急の事件・事故以外の相談については110番通報ではなく、「#9110」を利用してください。

9月は家出少年及び福祉犯罪被害少年等の発見保護活動強化月間

少年問題について悩まず相談を！
少年の健全育成に町民の皆様のご協力を！

発見時には即、浦添警察署少年課へ

☎875-0110

◆少年の悩み事や保護者等の抱えている少年問題などに関する相談

☎0120-276-556

☎862-0111

保健師だより

新型インフルエンザを正しく理解しよう！

メキシコから世界中に広がっている、新型インフルエンザ。西原町内でも新型インフルエンザが流行しています。そこで、今回は新型インフルエンザを正しく理解して、正しく予防できるように、インフルエンザの基礎についてお話しします。

新型インフルエンザの基礎知識

“新型”を含めたインフルエンザは、いろんな種類のインフルエンザウィルスが、体内に入り込む事によって、そのウィルスが増殖を始めた結果、発熱や筋肉痛、あるいは咳やくしゃみを伴う倦怠感に襲われる病気です。

インフルエンザウィルスとは？

ウィルスは病原性大腸菌O157のように毒素を出すわけではありません。インフルエンザウィルスは、体内に入るだけではあまり悪影響をおこしませんが、体内で爆発的に増えると、それを抑えるために体に負担がかかり、発熱などの症状が現れます。

インフルエンザウィルスが強毒性（より症状が重くなる型）か、そうでないかというのは、ウィルスが体のどこで増殖するかということがポイントになります。鼻の粘膜やのどなどの限られた場所でしか増殖できない場合は、熱や咳といった症状はあるものの重症化することは少ないです。対して、ウィルスが全身の臓器で増殖する場合（鳥インフルエンザなど）は、重い肺炎や多臓器不全など重症化することが多いです。

ウィルスは、毎日、少しずつ性質が変わっていきます。そのため、はじめは重症化することが少なかったインフルエンザも時間と共に強毒性に変化していきることがあります。特に新型インフルエンザは、きわめて感染力が強く、喘息、心疾患、腎疾患、糖尿病などの基礎疾患がある方や乳幼児、妊婦では重症化しやすく、うつさない、うつらないための予防がとても重要です。

うつさない、うつらないための予防法

口、鼻、目、そしてのどで増殖するインフルエンザウィルス。主に感染するパターンは、①空気中のウィルスを吸い込む場合と、②手にウィルスがつき、口や鼻、目の粘膜を通して体の中に取り込まれる場合の2パターンに大きく分けられ、感染を防ぐためには、体の中にウィルスを侵入させないことが重要になります。

栄養と休養を十分とる

体力をつけ、抵抗力を高めることで感染しにくくなります。



可能な限り人ごみを避ける

インフルエンザ流行時には、なるべく人ごみを避けることが大切です。また、熱・せき・鼻水のある人が、外出を避けることは他の多くの人を守ることとなります。



手洗いを心がける

気をつけていても手にウィルスがついていることがあります。そのため食事の前や外から帰ったら手洗いを行いましょう！また、必要以上に口や目、鼻をさわらないことも重要です。



せきやくしゃみはティッシュや袖で鼻と口をおおう

ウィルスは、感染者のくしゃみやせき等で空気中に排出されたり、鼻水を介して排出されます。せきやくしゃみがある時は、他の人にうつさないように、マスクをしたり、ティッシュや上着（袖の部分）にウィルスを排出することが大切です。なお、ウィルスはとても小さく、鼻からも感染するので、マスクは鼻もマスクで覆い、ぴったりと肌に密着させることが必要です。



【お問い合わせ】 西原町役場 健康推進課 保健予防係 ☎945-4791(内線157~160)