

## 保健福祉部



### 予防 インフルエンザを予防しましょう！

総合保健センター 健康推進課医療調整係 ☎(24) 3 1 4 8



こまめな予防が大切です

冬は、気温が低くなり、空気が乾燥します。この時期は、季節性インフルエンザが人の体に入り込むのに好都合の状況となります。毎年、A型・B型・C型が型を変えて流行します（C型は大きな流行は起こさないとされています）。また、今年は新型インフルエンザの流行も心配されています。

インフルエンザの予防に努め、発症が疑われるときは感染を広げないように行動しましょう。

**【インフルエンザの症状】**  
悪寒や頭痛に始まり、全身の痛みやだるさ、38度以上の発熱の症状が3〜4日程度続きます。子どもはインフルエンザ脳炎や脳症、高齢者は肺炎など、命に関わる合併症を引き起こすこともあります。

**【インフルエンザ予防のポイント】**

- 流行期間は人込みを避ける
- 外出後はうがいと手洗いをする

- 部屋の湿度や換気に気を配る
- 十分な栄養と休養をとり、規則正しい生活に努める
- マスクを着用する

※マスクは、病原菌の侵入を防ぐことはできませんが、のどや鼻の湿度を保つ効果があります。

**【インフルエンザが疑われるとき】**  
38度以上の発熱と鼻水、鼻づまり、のどの痛み、せきの症状があるときは、インフルエンザの発症が疑われます。こうした症状がみられるときは、医療機関（妊娠中の方はかかりつけの産婦人科医、慢性の病気をもちの方はかかりつけ医）に電話連絡して指示を受けてください。

**65歳以上の方の予防接種料金を助成します**

市は、65歳以上の方がインフルエンザの予防接種を受けるときに料金の一部を助成しています。薬を飲んでいいるなど治療中の方は、あらかじめかかりつけ医と相談してから受けるようにしましょう。

**【助成の実施期間】** 11月1日から

**【予防接種の場所】** 市内指定病院

### 開設します「総合相談所」

**くらし**  
子育て推進課  
児童相談係  
☎(24) 0 9 3 5

本庁舎1階の番

ひとりで悩まずに、どんなことでもご相談ください（無料、秘密厳守）。

### 【おもな内容】

- 行政相談：行政への要望や苦情
- 人権相談：差別などの人権侵害
- 消費者相談：買い物や日常の消費生活に関すること
- 福祉相談：高齢者、女性、母子、心身障がいなど福祉問題
- 心配ごと相談：生活上のトラブルや心配、悩みごと
- こども相談：子どもの育児や教育
- 法律相談：金銭貸借や不動産の賃貸借、売買、交通事故
- 【とき】 10月23日(金) 13時〜16時
- 【ところ】 市役所議会議棟

### 配偶者暴力被害を受けている方の子育て応援特別手当

**子育て**  
子育て推進課  
子育て支援係  
☎(24) 0 3 2 8

本庁舎1階の番

現在、平成21年度版子育て応援特別手当の支給準備を進めています。配偶者からの暴力(DV)被害から逃れるために、住民票などを

元の住所に残している方で、つぎに該当する方は、手当の事前申請を受け付けますので、子育て推進課にご相談ください。

**【対象】** DV被害のため配偶者と別居し、住民登録の異動手続をしながら千歳市内に住んでいる方で、平成15年4月2日から平成18年4月1日の間に生まれた子どもを養育している方

**【申請期限】** 10月30日(金)

### 保育士（臨時職員）募集

**募集**  
保育課保育係  
☎(24) 0 3 4 0

本庁舎1階の番

市立保育所(真々地、末広、北栄)に勤務する保育士(臨時職員)を随時登録しています。

**【勤務内容】** 産休代替や臨時的保育業務(週5日、7時30分〜18時の間で8時間のシフト勤務)

**【資格】** 55歳くらいまでの方で、保育士資格のある方または保育所での勤務経験がおおむね1年以上ある方

### 【報酬日額】

保育士有資格者 6,500円  
それ以外の方 6,000円

**【申込書類】** 履歴書(市指定用紙)、有資格者は資格証の写し

☎は直通電話です。  
内線表示は、市役所代表  
☎(24) 3 1 3 1  
におかけください。