

## インフルエンザ注意報「この流行には、のらないで」

インフルエンザは、いったん流行すると短期間で多くの人へ感染が広がります。日本では例年12月～3月頃に流行が見られます。感染しないための予防法や健康管理を身につけましょう。

### インフルエンザと風邪はどう違うの？

「インフルエンザ」は、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。急激に発症し、症状が重いのが特徴です。まず悪寒がきて、その後38℃以上の高熱が続き、関節痛や筋肉痛などの全身症状が現れます。

	風邪	インフルエンザ
症状	のどの痛み、鼻水、鼻づまり、くしゃみ、咳(せき)、発熱	高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、咳(せき)、のどの痛み、鼻水など(高齢者は高熱がでないこともあります)
発症	比較的ゆっくり	急激
症状の部位	鼻、のどなど局所的	強い倦怠感など全身症状

※厚労省ホームページ参照



### インフルエンザをうつさないために

「インフルエンザ」は、感染者の咳やくしゃみの飛沫に含まれるウイルスを吸い込むことで感染します。咳やくしゃみが出る時は周りにつばがかからないように手やハンカチで押さえたり、マスクを着用するようにしましょう。

#### 【咳エチケット】

咳やくしゃみの症状がある場合は「マスク」を着用する。咳やくしゃみをする時は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人にかからないように離れます。



#### 【マスクの正しい着用方法】

ウイルス除去率が高いマスクでも、装着方法が間違っていると効果はゼロになります。※毎日新しいものに取り替えましょう。

1. マスクを二つに折る。
2. マスクのひだを広げる。
3. ゴムひもを両耳にかけ、マスクの鼻部分を鼻筋に合うように折り曲げる。  
※鼻をかむときのしぐさで鼻を押すと上手にできます。
4. マスクと顔の間に隙間がないか確認する。



### インフルエンザにかからないために

- 外出後の手洗い・うがいを実践しましょう。(インフルエンザウイルスにはアルコール消毒も効果的です)
- 十分な休養とバランスのとれた食事を摂りましょう。
- のどが乾燥するとウイルスの防御機能が低くなります。適度な湿度を保持しましょう。
- 人混みや繁華街への外出を控えましょう。

### インフルエンザかなと思ったら

- 早めに医療機関を受診し、安静にして休養をとりましょう。
- 周りにつつさないために不織布製マスクを着用しましょう。
- 外出を控えましょう。

市保健センター ☎86-8450

平成27年1月から

## 変わります! 国民健康保険の高額療養費制度

市民課国保年金係 ☎85-5503・85-5504

高額療養費制度とは、医療機関に支払った窓口負担額が基準額(自己負担限度額)を超える場合、申請によりその超えた額が支給される制度です。

70歳未満の人の自己負担限度額は現行3区分でしたが、平成27年1月診療分から下記のとおり5区分に細分化されます。(70歳以上の人の自己負担限度額は変わりません)

### 【70歳未満の人の自己負担限度額】

平成26年12月診療分まで			
所得区分(※1)		自己負担限度額	
		3回目まで	4回目以降(※2)
上位所得者	A 所得が600万円を超える世帯	150,000円+(医療費-500,000円)×1%	83,400円
一般	B 所得が600万円以下で「C」以外の世帯	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
住民税非課税世帯	C 同一世帯の世帯主及び国保加入者が市県民税非課税の世帯	35,400円	24,600円



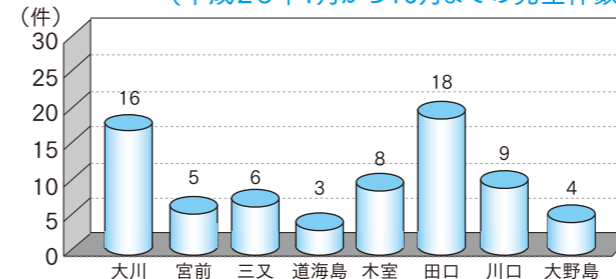
平成27年1月診療分から			
所得区分(※1)		自己負担限度額	
		3回目まで	4回目以降(※2)
上位所得者	ア 所得が901万円を超える世帯	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円
	イ 所得が600万円を超え901万円以下の世帯	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円
一般	ウ 所得が210万円を超え600万円以下の世帯	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
	エ 所得が210万円以下の世帯	57,600円	44,400円
住民税非課税世帯	オ 同一世帯の世帯主及び国保加入者が市県民税非課税の世帯	35,400円	24,600円

※1 判定所得額は、同じ世帯の国保被保険者の「基礎控除後の総所得金額等」の合計です。

※2 診療月を含めた過去12か月以内に、同じ世帯で高額療養費の支給が4回目以降の場合

### 街頭犯罪の発生状況(小学校区別)

(平成26年1月から10月までの発生件数)



※左表の街頭犯罪の発生件数は、侵入盗、車上ねらい、オートバイ盗、自転車盗、および自動販売機ねらいの合計発生件数です。注:無施錠の自転車を狙った自転車盗や車上ねらいが多発しています。

確実な施錠とツーロックの徹底をお願いします。

市 筑後警察署生活安全課 ☎0942-52-0110内線262