

「健康」 ワンポイント アドバイス



保健師
谷垣知美

インフルエンザ予防 に「咳エチケット」

最近テレビなどで、「新型インフルエンザ」についてよく耳にします。「新型インフルエンザ」とは、これまで人に感染しなかったインフルエンザウイルスがその性質を変えて人へ感染するようになり、人から人へ感染するようになると出現します。

対して、ほとんどの人が免疫を持っていません。そのため、新型インフルエンザの感染は人から人へと急速に広がり、世界的大流行を起こす危険があるといわれています。現時点では、こうした性質を持った新型インフルエンザの発生は確認されていませんが、厚生労働省は、新型インフルエンザウイルスがいつ出現するのか、誰にも予測することはできないとしています。

★広めよう咳エチケット
インフルエンザの予防だけでなく、風邪をひいた時にも日ごろから気をつけたいことが咳をする時です。
咳をするとうイルスは約3分先にまで飛んでいきます。咳やくしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1米以上離れましょう。また、マスクを使用する時は説明書を読んで正しく使用するようにしましょう。鼻水や痰などを含んだティッシュはすぐに蓋つきのゴミ箱に捨てるようにしましょう。

インフルエンザなどの流行を防ぐためにも、日ごろから一人ひとりが咳エチケットを守りましょう。

やっちゃんぶっちゃん 作:アーモンス 新しい流し台の巻 vol.52



『男女共同参画』情報



養父市男女共同参画センターニュース Vol.13

「新聞エコバッグから見えてくる男女共同参画社会」

最近よく目にする「持続可能な社会づくり」はどうすればできるのでしょうか。

そのための取り組みの一つが、男女で社会を支え、家庭や地域を担う男女共同参画活動ではないでしょうか。これまでは、言葉だけの取り組みだったかもしれませんが、今後はエコロジーと同様に地域の具体的で実践的な活動が求められています。

今回、市の男女共同参画推進員が、古新聞紙を使った「エコバッグ」を作成しました。新聞紙を4、5枚重ねているので、スイカを入れても大丈夫です。



このように、身近で具体的にできることから取り組むことで意識が変わり、「持続可能な社会づくり」に参加・参画することができます。

エコロジーの分野では、企業の社会的責任が大きく問われるようになってきました。これは、企業は社会的責任を負っており、それを果たすために地球環境や人権に配慮した行動をとるべきであるとする考えです。このことは、家庭でも同じではないでしょうか。さらに、「仕事と生活の調和」の実現に向けて企業の積極的な参画が期待されています。

多くの企業や個人が連携して一つの課題に取り組むことができれば、私たちの地域はよりよい方向に変わっていくことができるのではないのでしょうか。