

新たな年を迎え、健康に気をつけて過ごしましょう！

●いよいよ**インフルエンザのシーズン**となりました。

栃木県では、1/4～10の週における定点医療機関からのインフルエンザ報告数が、定点あたり**1.14**と流行入りの1.0を超えました。**県北地区では0.86と直前です。**

インフルエンザ予防対策

- * **免疫力アップ**（予防接種と規則正しい生活習慣の心がけ）
- * **手洗い、うがい、マスク着用** ● **咳エチケットの励行を！**
- * **室内環境整備**（適度な加湿と換気）



※県北地区では、今年度のワクチンに入っているウイルス型が検出されています。

●年末から引き続き、腸管出血性大腸菌やノロウイルス等による、感染症や食中毒の報告が多くなっています。

家での食中毒予防

つけない、ふやさない、やっつける

手洗いを徹底しましょう！

共用タオルの使用は禁止！

感染症予防としても大切です

食材は適切な温度で保管！

生肉類を扱う器具（まな板・皿も）は別に！

豚肉やレバーは十分な加熱を！

県北健康福祉センター（8：30～17：15：閉庁日を除く）

0287-22-2257（感染症予防2679・食品衛生2364）

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/e54/system/desaki/desaki/kenhoku-index.html>