

インフルエンザが流行しています!

インフルエンザが全国的に流行しています。

秋田県においては徐々に患者数が増加し、学級閉鎖なども増えています。自身でインフルエンザに「かからない」「うつさない」対策も必要です。

予防接種をした方も油断せず、特に抵抗力の弱いお子さん・妊婦さん・高齢者や慢性的な持病のある方は、予防に心がけましょう。

▼インフルエンザに「かからない」「うつさない」ために

- 外出したあとは、うがいとていねいな手洗いをしましょう。

手洗いは、せっけんやハンドソープを使ってしっかりと!

手のひら→手の甲→指の間・爪の間→手首

* アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。



- 症状があるときは、マスク・咳エチケットに心がけましょう。

せき・くしゃみの症状があるときは、

・きちんとマスクをしましょう。

・人に向かってせず、急に出そうなときは、顔をそらしてティッシュなどで口と鼻をおおきましょう。



- ふだんからの健康管理が重要!

栄養・睡眠を十分にとり抵抗力を高めておくことが、インフルエンザの発症予防につながります。



▼インフルエンザにかかったと思ったら

38℃以上の発熱があり、

せきやのどの痛み、全身の倦怠感を伴う場合は

インフルエンザに感染している可能性があります。



早め(48時間以内)に治療すると薬の効果があるとされています。このような症状がある場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

■ 問合せ先 八峰町福祉保健課 健康推進係 ☎76-4608

人生の節目に無病息災を祈願

厄払いと還暦の年祝いを開催



2月1日、厄年の修祓式が峰浜地区は峰栄館で、八森地区は白瀑神社で行われました。

峰栄館では、数えの42歳(男性)と33歳(女性)が合同で厄を払い、出席者は神妙な面持ちで玉串奉奠などを行いました。

終了後は、一人一人神主から御神酒を拝受し、記念撮影を行っていました。

八森地区では、白瀑神社の本殿に集まって、それぞれお払いを受け、玉串を奉納し健康を祈願しました。終了後は久しぶりに会った仲間との再会を喜び合い、記念写真を撮影していました。

また、数え60歳の還暦年祝いも両地区に分かれて開催され、多数の方々が出席し、旧友との再会を喜び合ったりするなど、にぎやかな「年祝い」となりました。



御神酒を拝受(峰栄館)



無病息災を祈願してお払い(白瀑神社)



玉串を捧げ祈願(峰栄館)

