

インフルエンザ予防には ワクチン、手洗い+「歯みがき」を！！

厚生労働省によると、インフルエンザの指定医療機関の報告数（令和5年10月16日～22日）は、「81,160」でした。これは、昨年同時期総数の約731倍です。

日本における季節性インフルエンザの主な流行時期は冬ですが、今年7月時点においては、例年よりもインフルエンザの発生数が多くなっています。

これは新型コロナウイルス感染症対策により、さまざまな感染症が長らく抑えられていたため、インフルエンザウイルスに対して十分な免疫を獲得する機会が少ない状況であったともいえます。

《インフルエンザとは》

インフルエンザウイルスによる呼吸器感染症です。1日～3日の潜伏期間の後、38℃以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状が急激に現れます。高齢者、乳幼児、妊婦、持病（慢性閉塞性肺疾患、喘息、慢性心疾患、糖尿病など）を持った方は、特に重症化しやすいため注意が必要です。

《インフルエンザの予防》

- ◆流行前の予防接種 ◇手洗い ◇マスクの着用 ◇適度な湿度の保持
- ◆十分な休養とバランスのとれた栄養摂取 ◇人混みや繁華街への外出を控える
- ◆歯みがきや口腔ケア

歯みがきや口腔ケアをおろそかにしていると、虫歯や歯周病の原因となる菌が増殖してプラーク（歯垢）となることはよく知られています。このプラークには、気管支炎や肺炎などの発症や重症化にかかわる肺炎球菌やインフルエンザ菌などが含まれているとみられます。

また、これらの細菌は、インフルエンザウイルスが気道の粘膜から細胞に侵入しやすくする特性を持っています。つまり、口の中を不潔な状態で放置しておくと、インフルエンザの発症や重症化を招きやすくなります。

東京歯科大学の研究で、歯科衛生士に口腔ケアを受けた人のインフルエンザの発症率が、本人や介護者のみから口腔ケアを受けた人の10分の1になったとの報告があります。

この研究結果からも、日頃から適切な歯みがきや口腔ケアを行い、口腔内を清潔に保つことがとても重要であることがわかります。

※口腔ケアは、歯みがきだけでなくデンタルフロスも使用し、定期的に歯科検診を受けることも大切です。



町ではインフルエンザ予防接種費用の一部助成を実施しています

【助成接種期間】 令和5年10月1日～令和6年2月29日

【助成対象者】

高齢者 (定期接種)	接種日に満65歳以上 接種日に満60歳以上65歳未満の高度心・肺・腎機能等不全者で身障手帳1級程度をお持ちの方
若年者及び妊婦 (任意接種)	生後6か月児から高校生相当(平成17年4月2日以降に生まれた方) 妊婦

【助成回数】 生後6か月児から13歳未満は2回、13歳以上は1回

【助成金】 1,400円/回 ※医療機関の窓口で助成金を超えた額をお支払いください。
※乳幼児・妊婦の接種の場合は母子健康手帳を持参してください。

■問合せ先 福祉保健課 健康推進係 ☎76-4608

こんにちは！今回の担当は山田菜々子です！

最近はずっと肌寒くなって、夏の暑さが懐かしいこの頃です！みなさん体調を崩されませんかよ！ご自愛ください！秋はあつという間に過ぎて冬が来てしまいうつなので、八峰町の秋を思いっきり楽しみたいなと思っております。おすすめの紅葉スポットがあればぜひ教えてください！

この夏は、白瀑神社のお神輿や中浜のお神輿に夫が参加させていただきました。また、先日開催された「んめものまつり」では、石川の駒踊りにも参加させていただき、練習に付き合ってくださいました皆さんや、本番のステージで助けてくださった皆さんに感謝の気持ちでいっぱいです。ステージを見た観客の方が、夫の名前を呼び応援してくださいっている姿を見て、少し涙がこぼれますが、コ



↑だいすきな「レストランはっぼう」のオムライス
どこのオムライスよりおいしいです!!

真っ白な絨毯のように蕎麦のお花が一面に広がっていて、とてもきれいで感動しました
稲刈り後に稲を乾かしている様子も今だけの特別な景色で好きです

農家の皆さん、いつもおいしいお米をありがとうございます

あちこちに美しい自然が感じられることが八峰町の魅力のひとつだと思います！



ソからきた人から「八峰町の人」になれてきたのかなと感じ、とても嬉しく思いました。お世話になったみなさん、本当にありがとうございます。協力隊の任期後のことも徐々に固まってきました。ちゃんとカタチにできるようない頭をフル回転させる日々です。一生懸命になれることに感謝し、ずっと大事にしている楽しむ気持ちは忘れずに活動を続けたいので、見守ってもらえれば幸いです。業務で外に出ている時以外は、役場2階の農林振興課にいますので、話しかけてもらえれば嬉しく思います。これからもぜひよろしくお願いいたします。

入札結果をお知らせします!!

町で行った入札において、予定価格が130万円以上のものについて、お知らせします。

■10月5日入札分

- 災害用トイレラップポン・トレッカー
契約金額 3,168,000円 (落札率96.25%)
請負業者 (株)能代消防センター

- 消防ポンプ自動車
契約金額 2,437,600円 (落札率95.93%)
請負業者 (株)能代消防センター

- 小型動力ポンプ積載車
契約金額 10,307,000円 (落札率95.30%)
請負業者 (株)能代消防センター

- 小型動力ポンプ軽積載車
契約金額 4,565,000円 (落札率93.98%)
請負業者 (株)能代消防センター

■10月13日入札分

- 消火栓更新工事 (その1)
契約金額 5,953,200円 (落札率89.90%)
請負業者 (有)富岳工務所

- 消火栓更新工事 (その2)
契約金額 3,214,200円 (落札率90.18%)
請負業者 (有)富岳工務所

■10月30日入札分

- 防火シャッター設備改修工事
契約金額 5,720,000円 (落札率98.78%)
請負業者 (株)ワタナベデンキ

■10月31日入札分

- 定住促進用空き家改修工事(茂浦)
契約金額 1,341,514円 (落札率91.62%)
請負業者 (株)ダイエー建設

- 八森・岩館浄水場動力制御盤等修繕
契約金額 2,090,000円 (落札率97.43%)
請負業者 山二建設工業(株) 能代営業所

- 源泉ポンプ
契約金額 2,200,000円 (落札率100.00%)
請負業者 (株)東北ポンプシステム販売 秋田営業所

