

### 主な内容 Main Contents.

世界遺産講演会・シンポジウム	2
景観形成助成制度	4
市長室から	5
年金から特別徴収(市県民税)	6
トピックス	8
information 情報あれこれ	11
保健ガイド	21

### 手洗い・うがい・せきエチケット

新型インフルエンザ(A型H1N1)の流行宣言が出されています。「手洗い」「うがい」「せきエチケット」などの感染予防を心がけましょう。市内の保育所(園)、小中学校でも、外から帰った後の「手洗い」「うがい」を励行しています。市役所などの出入口は消毒液を設置しました。

#### ● 新型インフルエンザの症状

発熱、せき、のどの痛みなど、通常のインフルエンザとほぼ同様の症状がみられ、多くは、比較的軽症で回復しています。

#### ● 重症化するリスクが高い人は、特に注意をしてください

妊婦、持病(慢性呼吸器疾患、糖尿病、腎機能障害など)がある人、乳幼児、高齢者は重症化することがあるので、早期に受診しましょう。

#### ● 医療機関で受診する場合は

かかりつけ医など受診する医療機関にあらかじめ電話連絡して、マスクをして受診してください。

#### ● 症状がなくても外出を控えましょう

「熱が下がってから、少なくとも2日目まで」「発熱やせきなどの症状が始まった日の翌日から7日目まで」は、外出を控えましょう。



市役所の出入口に備え付けられた消毒液。