



あけましておめでとうございます！

日頃よりご支援とご理解を賜り、心よりお礼申し上げます。今年も、「高齢者よろず相談所」として精一杯努めて参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



音別地域包括支援センター 職員一同



注意！太陽光パネル・蓄電池等の営業を装った不審な事業所について

「市から委託を受けている」として、太陽光パネルや蓄電池の設置目的で事業者が自宅を訪問する事例が報告されています。



太陽光パネル設置等について「エコライフ補助金」という制度はありますが、市から民間事業者に設置委託はしていません！！

不審な事業者がいましたら、下記までご相談ください。

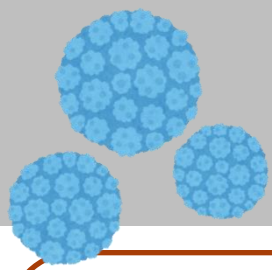
《 相談先 》

◎警察相談専用電話 #9110

◎釧路市消費生活相談室 ☎0154-24-3000

(月曜日から金曜日の10時～15時30分)

迷ったら…
包括支援センターへ
(☎ 9-5252)



冬は特にご注意ください！ ノロウイルス感染症



どんな症状？

- 感染から発症まで24～48時間
- 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く
- 乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも注意

どうやって感染する？

- 感染した人が調理などをして汚染された食品を摂取する
- ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝などを摂取する
- 感染者のふん便やおう吐物からの二次感染
- 家庭や施設内などでの飛沫などによる感染

👉 感染予防のポイント 👉

手洗いをしっかりと！

特に調理の前後、食事前、トイレの後、帰宅後は石けんでよく洗い、流水で十分に流しましょう。

食品にしっかりと火を通そう！

ノロウイルスは熱に弱いいため、中心部が85度以上になるように加熱しましょう。

人からの感染を防ぐ！

感染した人のふん便・おう吐物・オムツなどを片付ける時は、感染対策をして素早く処理しましょう。乾燥するとウイルスは空気中に飛び散ります。

※ 感染が疑われる場合は、医療機関へ相談しましょう