

# 上三川町デマンド交通の利用登録について

平成25年3月から開始するデマンド交通「かみたん号」について、先月号に引き続き、「かみたん号」の利用登録についてご説明いたします。「かみたん号」の利用登録は随時行っております。

## 利用登録について

デマンド交通「かみたん号」を初めて利用する前に、利用登録が必要になります。下記①～③の方法で「上三川町デマンド交通利用登録申請書(以下「申請書」という。)」を入手し、必要事項を記載の上、上三川町役場企画課まで直接提出してください。なお、一度登録すれば、世帯の状況に変わりが無い限り何度も登録する必要はありません。

### 【申請書入手方法】

- ① 上三川町ホームページからダウンロード
- ② 上三川町の公共施設(※)
- ③ 上三川町役場企画課窓口(庁舎2F)

※公共施設:上三川いきいきプラザ、図書館、体育センター、中央公民館

デマンド交通の  
利用登録を  
お願いします!



## 【デマンド交通とは】

デマンド交通とは、利用したい日時を電話などで事前に予約していただき、乗り合い方式の車両が自宅等から目的の場所まで送迎する交通手段です。

運行日	月曜日～金曜日(土、日、祝日、12/29～1/3は運休)
運行時刻表	午前：8時便、9時便、10時便、11時便 午後：正午便、1時便、2時便、3時便、4時便 合計9便
運行台数	2台(1台あたり9便なので1日最大18便運行)
運行区域	上三川町内及び町外9施設(★)
利用料金	大人(中学生以上) 200円(町外:300円) 小人(小学生) 100円 未就学児 無料(ただし保護者の同伴が必要。) ※JR石橋駅東口については町内料金扱いとなります。

## ★町外9施設

● 病院	① 石橋総合病院 ② 宇都宮社会保険病院 ③ 自治医科大学附属病院
● 駅	① JR石橋駅東口 ② JR自治医大駅東口 ③ JR雀宮駅東口
● 商業施設	スーパーマーケット      スーパーマーケット ① かましん石橋店 ② かましん自治医大店 ③ 福田屋百貨店 (FKDインターパーク店)

▼問い合わせ先=企画課 政策調整係 ☎(56) 9118

# ウイルス感染からからだを守ろう

冬の季節は、空気が乾燥し、ウイルスにとっては活動の時期です。今回は、冬の季節に流行する「インフルエンザ」や「流行性胃腸炎」について、症状や予防のポイントなどをお伝えします。

## ●インフルエンザ

インフルエンザは、空気中のインフルエンザウイルスを吸い込んで感染します。かぜよりも症状が重く、子どもや高齢者は重症化しやすいため、感染が疑われた場合、早めの受診が必要です。

## インフルエンザ感染 チェックポイント

- ◎地域内でインフルエンザが流行している
- ◎急激に症状が現れた
- ◎38℃以上の発熱・悪寒

## このほかに、次の症状もあると要注意！

- ◎関節・筋肉痛
- ◎倦怠感・疲労感
- ◎頭痛
- ◎寝込んでしまう
- ◎咳・鼻水・くしゃみなどの炎症

## 日常生活でできる予防方法

- ★栄養と休養を十分にとる…体力をつけ、抵抗力を高めましょう。
- ★人混みを避ける…病原体であるウイルスを寄せ付けないようにしましょう。
- ★適度な湿度・湿度を保つ…ウイルスは低温・低温を好みます。乾燥を防ぎましょう。
- ★外出後の手洗いとうがいをおこなってください。
- ★マスクを着用しましょう。

〔平成24年の上三川町に関する主なニュース〕名誉町民の海老原有希選手がロンドンオリンピックに出場！

## ●感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は冬場に多く流行する感染症です。主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎を総称して、感染性胃腸炎と呼んでいます。代表的なものは、「ノロウイルス」や「ロタウイルス」です。

## どんな症状が起るの？

典型的な症状として、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、37℃台の発熱がみられます。ノロウイルスの場合、症状は1〜2日と短期間ですが、ロタウイルスを原因とする場合、5〜6日持続することもあります。また、ロタウイルスによる感染性胃腸炎の場合、便が白色になることがあります。



## 予防のポイントは？

感染性胃腸炎は、ウイルスが、人の手などを介して、口に入ったときに感染する可能性があります。そんな感染性胃腸炎の予防のポイントは…？

- ★1番大切なことは手を洗うこと

とくに排便後や調理、食事の前には石けんとう流水で手を洗いましょう。手洗いで使用するタオルは、清潔な物を使用し、共用を避けましょう。

- ★感染源となる吐物や排泄物の処理に気を付けましょう。

感染した人の吐物の処理や排泄物の処理には手袋等を使うようにし、処理後には手を洗浄することが大切です。

## 忙しく、休めないあなたへ

インフルエンザや流行性胃腸炎などの感染症は、普通のかぜと異なり怖い感染症です。そんなあなたにできることは、

- ・口頃から抵抗力をつける
- ・ワクチンを接種する
- ・早めに受診する
- ・マスクを着用する

十分な栄養、睡眠をとり、無理をせずに休む感染症にかからないよう口頃からの予防と、重症化しないよう早めの受診を心がけましょう。



▼問い合わせ先＝健康課 母子健康係

☎ 56 9132