



365日・24時間いつでも、どこからでも相談してください！

Update2009.4.30

こころとからだの健康相談

先日、厚生労働省より、「新型インフルエンザに関する情報が公開されました(参考:厚生労働省ホームページ <http://www-bm.mhlw.go.jp/kinkyu/kenkou/influenza/index.html>)。また、本日 WHO より警戒水準(フェーズ)を現在の「4」から、世界的大流行(パンデミック)の一步手前で、複数の国で人から人への感染が進んでいる証拠があることを示す「5」へ引き上げると発表されました。海外旅行の際には十分に気をつけましょう。新型インフルエンザに関する Q & A は最後の **News & Topics** で紹介しています。

さて、「電話健康相談」は、皆様がより健康的な生活ができるようにお手伝いする健康支援サービスです。

1 日 24 時間 365 日、病気の悩み、育児の不安、介護の心配、そしてメンタルヘルスに関してまで「こころとからだの健康」について何でもご相談いただけます。**新型インフルエンザに関する問い合わせにつきましてもご利用できます。**

経験豊かで有資格のスタッフが最新情報を網羅したデータベースを駆使してあなたを温かくサポートします。プライバシー厳守いたしますので、ご相談内容が他に知られることは絶対にありません。安心してお気軽にご相談ください。**電話相談は無料です。面談相談は 2 回目まで無料です。**

詳しくは、ひかり健康保険組合のホームページをご確認ください。

1

トップページ
「こころとからだの健康相談」
のボタンをクリック！！

2

「こころとからだの健康相談」
のボタンをクリック！！

3

お悩み相談

相談する前に、こちらをクリックしてください！

相談料金はかかりません。相談料金はかかりません。

無料ダイヤル 0120-835-839

相談する

「相談する前に」
ボタンをクリック！！

4

あなたのお悩みが
どの項目に該当するか
選択してね！！

お悩み相談

お悩み相談

相談する

5

お悩み相談

相談する

お悩み相談

相談する

相談内容を確認したら
「相談する」ボタンを
クリック！！

6



News & Topics

新型インフルエンザに関する厚生労働省 HP の Q&A を共有します。

新型インフルエンザに関するQ&A

新型インフルエンザとは何ですか？

ー新型インフルエンザウイルスとは、動物のインフルエンザウイルスが、人の体内で増えることができるように変化し、人から人へと容易に感染できるようになったもので、このウイルスが感染して起こる疾患を新型インフルエンザといいます。

今般、メキシコや米国等で確認された豚インフルエンザ（H1N1）を感染症法第6条第7号に規定する新型インフルエンザ等感染症に位置づけたところです。

パンデミックとは何ですか？

ーパンデミックを引き起こすインフルエンザとは、表面の抗原性がまったく異なる新型のウイルスが出現することにより、ほとんどの人が免疫を持っていないため、世界的な大流行となり、大きな健康被害とこれに伴う社会的影響をもたらすものです。

通常のインフルエンザと見分けることは可能ですか？

-症状は類似しており見分けることは困難ですが、流行地への渡航歴・感染した豚との濃厚接触・感染者との接触歴等が参考になります。

症状等から新型インフルエンザに感染していると疑われる場合は、PCR（遺伝子検査）等を行うことにより、確定診断をすることができます。

ー旅行関連ー

家族が流行国から帰国するのですがどのような手続きを経て帰宅するのでしょうか？

(1) 発症していた場合は隔離されます。

(2) 渡航中に患者や感染が疑われる方と行動を共にしたり機内等において患者に直接触れたり、2 m以内で対話する等をした場合は濃厚接触者として停留の対象になります。

(3) 同乗者及び発生国からの入国者については検疫法に基づく健康監視の対象者になります。

流行地から帰ってきたが家族と一緒にいても良いですか？また食事を一緒にすることは避けるべきですか？

-流行地からの帰国者については症状を認めなくとも、10 日間は自宅で待機いただき、外出はなるべく控えていただきます。ただし、家族と一緒に食事をしたり、同じ部屋で過ごすことは構いません。

健康監視されていることは秘密にしてもらえますか？

-検疫所と都道府県および保健所の担当者により、厳格に個人情報保守されますので、御安心ください。

予防のために何を準備したら良いですか？

-飛沫感染予防のためのマスクと手洗いのための石けんを2週間分程度準備することが望ましいです。

予防のためにタミフルをもらえるのですか？

-タミフルについては、国及び都道府県において十分な備蓄を進めているところですが、新型インフルエンザによる感染が拡大した場合や、予防投与用の備蓄量が一定以下になってきた場合には、予防投与は行わず、治療投与を優先することになっています。

タミフルはどこで処方してもらえますか？

-医療機関等において医師が必要と認める場合に、処方せんの発行により処方されます。

ーその他ー

飲食物・生活必需品は何日分準備したらよいですか？

-パンデミックに備えて、2週間程度備蓄しておくことが望ましいです。

■けんこう通信

ご家庭のパソコンへ、保健事業に関するお便りを配信しております。

ご希望の方は、登録のためメールアドレスを添えて、info@hikarikenpo.or.jp (当組合宛)までお気軽にメールください。

■ひかり健康保険組合に、ご意見のある方は、info@hikarikenpo.or.jp まで、お寄せください。

ひかり健康保険組合

〒171-0022

東京都豊島区南池袋 1 丁目 16 番 15 号 光センタービル 2F

tel: 03-5951-7422 fax: 03-5951-9663



は い 参 考

はいサンキュウ

0120-835-839

プライバシーは
厳守します

メール相談は <http://www.hokendohjin.co.jp/soudan/mail>

こころオンライン <http://www.kokoro-online.com>

保険者番号 ID は 06139166 と入力してください。

