

「もしも新型インフルエンザが流行したら？」

新型インフルエンザ発生前に準備することの1つとして、食糧・水・日用品の確保・備蓄があります（広報3月号に掲載）、今回さらに詳しくお知らせしたいと思います。

《数週間分の生活必需品を備蓄しておきましょう》

新型インフルエンザの世界流行は、日本だけでなく、海外でも同時に発生します。そのため、国内の流通が止まるだけでなく、輸入などもストップし、生活必需品が不足することも考えられます。万が一、新型インフルエンザが流行したら、最初の感染のピークは6～8週間ほど続くと言われているので、災害時と同じように、数週間程度は外出しなくても済むように、食料品・水・日用品などの生活必需品、医薬品を2か月分くらい備蓄しておきましょう。

備蓄チェックリスト

【食料品の例】（長期間保存可能なもの）

- 米
- 乾めん類（そば、そうめん、ラーメン、うどん、パスタ）
- 切り餅
- コーンフレーク、シリアル類
- 乾パン
- 各種調味料
- レトルト・フリーズドライ食品

- 冷凍食品
（家庭の保存温度、停電に注意）
- インスタントラーメン、即席めん
- 缶詰
- 菓子類
- ミネラルウォーター
- ペットボトルや
缶入りの飲料
- 育児用調整粉乳



【日用品・医薬品の例】

- マスク（不織布製マスク）
- 体温計
- ゴム手袋（破れにくいもの）
- 水枕・氷枕（頭やわきの下の冷却用）
- 漂白剤（次亜塩素酸：消毒効果がある）
- 消毒用アルコール（アルコールが60%～80%程度含まれている消毒薬）
- 常備薬（胃腸薬、痛み止め、その他持病の処方薬）
- 絆創膏
- ガーゼ・コットン
- キッチン用ラップ、アルミホイル

- トイレットペーパー、ティッシュペーパー、保湿ティッシュ（アルコールのあるものとないもの）
- 洗剤（衣類・食器等）・石けん、シャンプー・リンス
- 紙おむつ
- 生理用品（女性用）
- ごみ用ビニール袋
- ビニール袋（汚染されたごみの密封等に利用）
- カセットコンロ、ボンベ
- 懐中電灯、乾電池、携帯電話充電キット、ラジオ、携帯テレビ

※ 備蓄リストは、厚生労働省が作成した一つの例です。それぞれの家庭で話し合い、必要なものに加えて、万全の準備を整えてください。

【お問い合わせ先】 大崎町役場 保健福祉課 健康増進係 TEL 476 - 1111（内線 132）