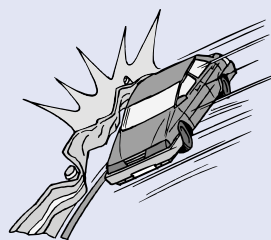


スリップによる交通事故に注意しましょう！

初冬期のスリップ事故は、ブラックアイスバーンを発見できなかったことが原因です。

また、本町をはじめ近隣市町は降雪の少ない地域なので、次のことに注意して絶対に交通事故を起こさないようにしましょう。

- ◆乾燥している路面は白色ですが、ブラックアイスバーンは湿潤路面と同様に黒色です。
- ◆夜間・早朝時は特に注意が必要です。安全な速度で運転しましょう。
- ◆郊外での山肌や雑木林の日陰、市街地での家屋・ビルの日陰、橋りょう、アンダーパス、^こ跨線橋、トンネル内やその出入口などは特に注意して運転してください。



インフルエンザを予防しましょう！

今年もインフルエンザが流行する季節となりました。手洗いやうがいを励行し、インフルエンザにかからないように予防に努めましょう。

◆インフルエンザの特徴

かかり始めは寒気を感じ、しばらくすると38~40度の高熱が出ます。その後、頭やのど、腰、筋肉、関節などが痛みだします。全身がだるくなったり、せきやたんが出たりすることもあります。

◆予防するには

- ①帰宅時に手洗いやうがい(緑茶で行なうと効果UP)をする。
- ②外出の時には、マスクを着用する。
- ③食事や休養、睡眠を十分に取し、規則正しい生活をする。
- ④室内の湿度(60%が目安)を保ち、時々換気を行う。
- ⑤汗をかいたら、こまめに下着を取り替える。

◆もしインフルエンザにかかったら

- ①早めに医療機関で受診する。
- ②加湿された暖かい部屋で安静にし、十分な休養と睡眠をとる。
- ③水分(スポーツドリンクなど)を補給し、消化が良く栄養のある食事を十分とる。

インフルエンザは、気管支炎や肺炎などを併発して重症になることもありますので、乳幼児やお年寄り、妊産婦、慢性肺疾患患者の方は特に注意が必要です。



年末年始の泥棒などに気をつけましょう！

師走に入り、何かと慌ただしい時期を迎えました。

この時期は、クリスマスや新年を迎える準備で、多額の現金などを家に置いておくことが多くなります。そして、それを待っていたかのように泥棒の被害や車上狙いが増えています。

泥棒などの被害に遭わず、新年を気持ちよく迎えられるよう、身の回りをチェックしてみましょう。

