



今月新しく入りました。

●一般の本

／ヘブン（作＝川上未映子）／ダブル・ジョーカー（作＝柳 広司）／さよなら私（作＝みうらじゅん）／あるキング（作＝伊坂幸太郎）／フリーター、家を買う。（作＝有川 浩）／デパートへ行こう！（作＝真保裕一）／ドラゴン・ティアーズ龍涙（作＝石田衣良）／赤い指（作＝東野圭吾）

●子どもの本

／ゴリラらくんのコックさん（作＝きむらよしお）／ちいさなあかいバス（作＝高羽賢一）／絶滅どうぶつものがたりもうひとつのどうぶつえん（作＝富田朋子）／このラッパだれのかな（作＝中川宗弥）／ゴーゴーもるもくん（作＝斉藤 洋）／でっこりぼっこり（作＝高島那生）

中でもこの本が **オススメ** です。

引き出しの中のラブレター

作＝新堂冬樹



ラジオパーソナリティの真生のもとへ届いた一通の手紙。それは絶縁し、仲直りをする前に他界した父が彼女に宛てて書いた手紙だった。大ベストセラー「忘れ雪」の著者が贈る最高の感動作。10月には映画も公開される。

だっこのおにぎり

作＝長野ヒデ子



だっこ、だっこ、ママだっこのおにぎりしてちょうだい。子どもをおにぎりに見立てて、ぎゅっと抱きしめたり、こちょこちょしたり…と、親子でスキンシップしながら、楽しめる歌遊び絵本です。子どもの大好きなおにぎりがたくさん登場します。



あさよる、なつふゆ ちきゅうはまわる

作＝かこ さとし

私 地球にいて、ちたりこぼれたりしないのか？ 引力のこと、季節の移り変わりのこと、自転公転の話など、分かりやすく説明してあります。太陽は、太陽系の星を引っ張りながら1秒で20キロ

メートルものすごい速さで宇宙の中を進んでいるという驚き。いったい太陽系はどこを目指して何に向かっているのか、どうして進んでいるのか。そして、どのくらい進んだら次の星に出会うことができるのでしょうか。



火星年代記

作＝レイ・ブラッドベリ

地 球人に依る火星への挑戦、第1回、第2回、第3回、そして第4回そこから始まる火星への植民。彼ブラッドベリの多く火星植民たちの大麗な大文明を最後に破壊せずにはいられない。大きい美しい

いものを損なうことにかけては、私たちが地球人は天才的なのです。このとき地球、いつでも美しく星でありますようにと祈りたくなります。

春の桜、夏の花、秋の紅葉、冬の雪…。美しい四季が体感できるのは日本人の特権。そんな私たちがだからこそ、読みたくなる「一句」の本があります。シリーズ「一句の本」の本があります。10月は「宇宙」をテーマに2冊の本をご紹介します。紹介者は友枝欣子さん（鞍手町文庫連絡会）です。



Health

ADVICE

Dr. 八代の

町立病院スタッフ
からの健康
アドバイスです

調子はいかが？

町立病院 ☎42局1231番



ちよつと 疑問 !?

新型インフルエンザの症状や予防についてQ&Aで解説します。
感染しないためにも、まずは予防を心がけましょう。

Q 新型インフルエンザとは？

A 新型インフルエンザとは、季節性のもものと抗原性が大きく異なり、誰も免疫を持っていないことから、急速に広がり生命および健康に重大な影響を与えるおそれがあると考えられるものをいいます。咳やくしゃみとともに放出されたウイルスを吸い込むことによりおこる飛沫感染と、ウイルスが付着したものをふれた後に目、鼻、口などに触れることで、粘膜・結膜などを通じて感染する接触感染があります。

Q 新型インフルエンザの治療法は？

A 主な治療法は抗インフルエンザウイルス薬（タミフル・リレンザ）の投与です。これらの薬は、医療機関等において医師が必要と認める場合に処方されます。また、症状を緩和させる目的で、解熱薬や去痰薬、鎮咳薬などが処方されます。

Q 新型インフルエンザの症状は？

A 新型インフルエンザの症状は、突然の高熱、咳、咽頭痛、鼻水、頭痛や倦怠感があり季節性インフルエンザと類似しているため、症状で新型インフルエンザと季節性インフルエンザを見分けることはできないと言われています。ただし、季節性と比べて、下痢などの消化器症状が多いことが指摘されています。

Q 新型インフルエンザの感染者が自宅での治療となった場合は？

A 患者はなるべく家族とは別の個室で静養し、できる限り接触は避けるとともに、双方マスクの着用を心がけましょう。患者の看護をした後は必ずうがい、石けんによる手洗いやアルコール製剤による消毒をしてください。



Q 熱が下がった場合は外出してもいいの？

A 熱が下がっても他の人に感染させる可能性があるため、下熱後2日間は外出を控えるよう心がけてください。また、患者の看護をしている人もできる限り外出を控え、外出する場合にはマスクを着用して他の人に感染させないよう注意しましょう。

Q 季節性インフルエンザよりも重症化しやすいの？

A ほとんどの人が軽症で回復してきます。ただし、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、糖尿病などの代謝性疾患、腎機能障害、ステロイド内服などによる免疫機能不全の方は重症化しやすいと報告されています。また、妊婦、乳幼児、高齢者の人も重症化することがあると報告されているので、いずれの人でも、手洗い、うがい、人混みを避けるなどして感染しないように注意が必要でです。

Q 新型インフルエンザを予防するには？

A ウイルス感染を予防するためには、手洗いうがいをしっかりとすること、手洗いは、外出後だけでなく可能な限り行いましょう。また、ウイルスが粘膜を通して感染するため、極力鼻や口などを触らないようにして、咳やくしゃみ等の症状のある人には必ずマスクをつけてもらってください。また、自身もマスクをつけるようにしましょう。



うがいをしっかりとすること、手洗いは、外出後だけでなく可能な限り行いましょう。また、ウイルスが粘膜を通して感染するため、極力鼻や口などを触らないようにして、咳やくしゃみ等の症状のある人には必ずマスクをつけてもらってください。また、自身もマスクをつけるようにしましょう。

【アドバイザー】



八代 晃さん・やしらのあきら
昭和59年産業医科大学卒業
後、米田留学、平成9年産業
医科大学病院助教授を経て、
平成11年6月に町立病院副院
長、平成17年4月に院長に就
任。56歳。