

保健衛生情報

平成29年
12月1日発行号

地域のみなさんの健康と暮らしに役立つ情報紙

【ご案内】保健衛生情報は、南部健康福祉事務所(草津保健所)ホームページに掲載しています。
⇒ <http://www.pref.shiga.lg.jp/e/k-hwc/index.html>

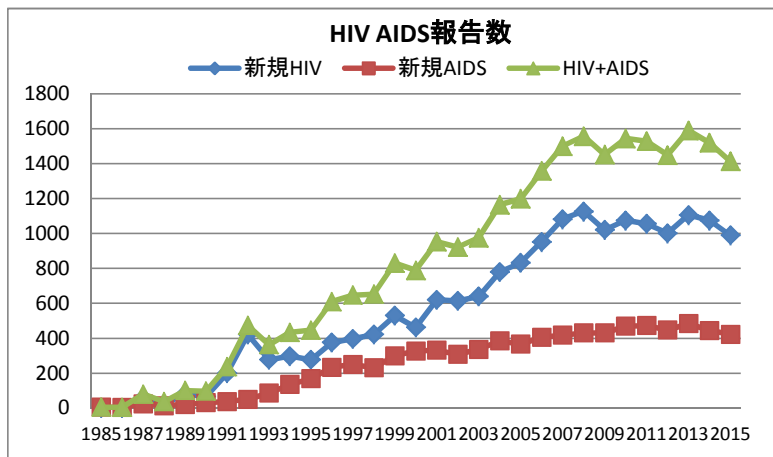
12月1日は世界エイズデー

テーマ:知っていても、分かっていても AIDS IS NOT OVER



毎年12月1日は、世界エイズデーとしてエイズの蔓延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的にエイズに関する啓発活動を行っています。

エイズとは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染したことから、免疫低下が起こり、その結果様々な症状が出た状態のことを言います。このため、HIV感染の早い時期に発見し、早期治療をすることが重要とされています。草津保健所では、毎週水曜日にHIV検査を行っています。エイズ啓発期間の12月6日は受付時間を拡大します。



出典:エイズ動向委員会年報

最近平成28年度福岡市のHIV感染者数、エイズ患者数が過去最多数と報道がありました。まだ感染している人すべてが診断を受けて治療しているとは考えにくい状況です。



HIVに感染しているかを知るためには検査が必要です。

草津保健所 特定感染症検査 (予約制)について

- ① 無料・匿名で受けられます。事前に予約が必要です。
- ② 検査結果証明書の発行は行いません。
- ③ プライバシーは厳守されます。
- ④ 結果判定まで1時間程度です。

検査実施:原則第1、3水曜日
予約方法:下記窓口に直接電話で予約
予約時間:13:15~15:30
※平成29年12月6日のみ

問い合わせ先:滋賀県 草津保健所 地域保健福祉係
電話番号:077-562-3534(係直通)



小児救急電話相談 短縮ダイヤル #8000 または 077-524-7856

休日や夜間のお子さまのケガや発熱等で、病院へ行った方がよいかどうか判断に迷ったときご利用ください。臨床経験のある看護師または保健師がアドバイスします。

相談日

平日、土曜日 午後6時~翌朝8時
日曜日、祝日および年末年始 午前9時~翌朝8時

対象者

県内在住の15歳(中学生)以下の子どもと、その家族等

※ この電話では診察や治療は行いません。

がん検診の すすめ

1年前にがん検診を受けた人は、
受けなかった人に比べ、胃がんは約50%、
大腸がんは約70%、死亡率が低く抑えられていた。

(厚生労働省研究班による多目的コホート研究からの成果報告より)

自覚症状がなくても、がんが体内に潜伏していることはよくあります。
がん検診の目的は、がんを早期に発見し、早期の治療でがんによる死亡を
減少させることです。
「元気だから」と油断せず、がん検診を受けましょう。

定期的ながん検診を受けましょう



がんに関する情報を集めた、
がん情報ポータルサイト
「がん情報しが」
関連の情報を発信しています

がん情報しが

冬の感染症にご注意を

みんなで予防！ インフルエンザ

インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感等の症状が比較的急速に表れるのが特徴です。

お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。

インフルエンザにかからないために

- ★流行前にワクチン接種
- ★咳エチケット
- ★外出後の手洗い等
- ★適度な湿度の保持
- ★十分な休養と
バランスのとれた栄養摂取
- ★人混みや繁華街への外出を控える

かかったなと思ったら、早目に
医療機関に受診しましょう

咳エチケット

マスクを着用する



マスクをきる

くしゃみや咳が出ている間はマスクを着用し、使用後のマスクは放置せず、ごみ箱に捨てましょう。
マスクを着用していても、鼻の部分に隙間があったり、あごの部分が出たりしていると、効果がありません。鼻と口の両方を確実に覆い、正しい方法で着用しましょう。

<正しいマスクの着用>



鼻と口の両方も
確実に覆う



ゴムひもを耳にかけ



隙間がないよう
鼻まで覆う

口と鼻を覆う



ティッシュなどで
口と鼻を覆う

周囲にかからないよう顔を
そらせ、ティッシュなどで
口と鼻を覆う

すぐに捨てる



鼻を付いたティッシュは
すぐにゴミ箱に

口と鼻を覆ったティッシュは、
すぐにごみ箱に捨てましょう。

周囲の人からなるべく離れる



他の人から
顔をそらす

くしゃみや咳の飛沫は、1~2
メートル飛ぶとされています。

こまめに手洗い



石けんぞ手を洗う

くしゃみや咳などを押さえた
手から、ドアノブなど周囲の
ものにウイルスを付着させたり
しないために、インフルエ
ンザに感染した人もこまめな
手洗いを心がけましょう。

ノロウイルス食中毒注意報を発令します！ ～11月から3月までの期間～

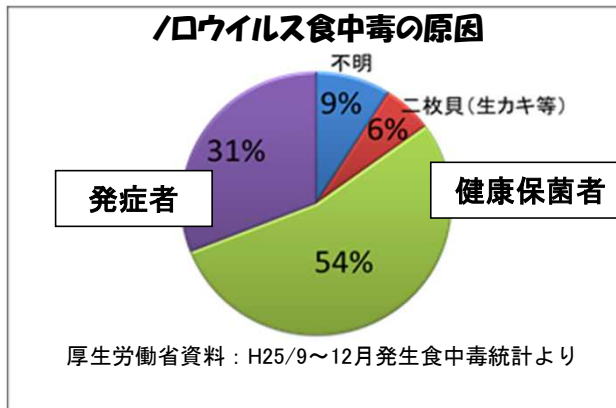
第1回ノロウイルス食中毒注意報発令中！！

～平成29年11月24日(金)から12月13日(水)まで～

ノロウイルス食中毒の85%は調理従事者が原因です。

(健康保菌者54%+発症者31%)

嘔吐・下痢を発症している場合は、調理に従事しないように心掛けてください。
症状が治まっても、ノロウイルスは便に排出されます。



一見健康に見える人でも、ノロウイルスを保菌している方がいます。(健康保菌者)

健康保菌者が調理に携わり食品を汚染することで、食中毒になる事例が増えています。

健康保菌者は、同居人が発症していた場合やトイレから感染することが多く、発症者とおなじくらいのウイルス量を排出します。

誰でも健康保菌者になる可能性がありますので、調理前には、消毒薬を使用し2回手洗いを徹底するようにしましょう。

感染性胃腸炎の中でもノロウイルス感染症は嘔吐・下痢を症状とし、非常に感染力が強いです。多くは軽症ですが、子どもや高齢者、免疫が低下している方は重症化する場合があります。

予防するには？

- ★手洗いが一番大切！ アルコールは効果がありません
- ★食材はしっかりと加熱(85℃90秒以上)
- ★下痢・嘔吐物の取扱いには十分注意を！
二次感染の危険性があります
- ★汚物処理を行うときは、マスク、手袋を着用し、消毒には次亜塩素酸ナトリウム(家庭用漂白剤)を使用する

ノロウイルスの消毒法

必要物品

次亜塩素酸ナトリウム(家庭用漂白剤)



ペットボトルで作成する場合は「消毒液」であることを明記する!!

濃度調整(水2Lに対して)



×2杯 → 環境:ドアノブなど

×10杯 → 汚物:嘔吐物など

編集
後記

毎年12月1日は「世界エイズデー」です。日本では、毎日4人が新たにエイズに感染しています。自分に関係ないと思っているあなた「元カレの元カノの元カレを知っていますか？」心配なことがあればまず検査を受けましょう。草津保健所では12月6日は時間を拡大して検査を実施します。この機会をぜひご利用ください。