

# 長生健康福祉センター

平成25年度 冬号

第34号

だより

発行 長生健康福祉センター(長生保健所)  
〒297-0026 茂原市茂原1102-1

TEL 0475-22-5167

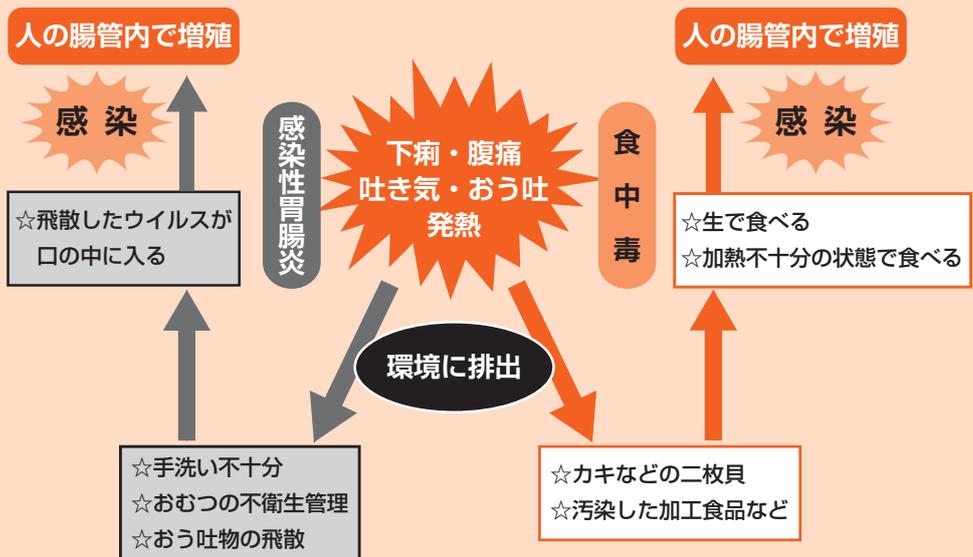
FAX 0475-24-3419

ホームページ <http://www.pref.chiba.lg.jp/kf-chousei/index.html>

## ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎にご注意を!

- ◆ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は一年中発生していますが、特に生力キなどの貝が出回る秋から冬にかけて大流行します。
- ◆感染から1~2日の潜伏期間の後、下痢やおう吐、腹痛、発熱といった症状を起こすことがあります。通常3日程度で症状が治まってしまうため、風邪と間違えられることもしばしばです。
- ◆ノロウイルスは人にしか感染しません。ところが、いったん感染すると急速に感染が拡大してしまいます。
- ◆便中へのウイルスの排出は7日間~1ヶ月程度続きます。
- ◆子供やお年寄り、重症化や吐物を気道に詰まらせる窒息や下痢による脱水症状などの危険があり油断は禁物です。

### ノロウイルスの感染サイクル



### 【感染経路】

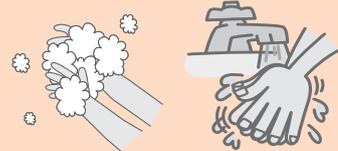
- ◆ノロウイルスに感染した人の便やおう吐物に触れた手を介した二次感染
- ◆食品取扱者が感染していて、その者を介して汚染された食品を食べた場合
- ◆汚染された二枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合

## 【予 防 法】

### ◆手 洗 い

手を介して感染するので手洗いは重要です。特に排便後や調理・食事前にはしっかりと手を洗いましょう。

指先、指の間、爪の間、親指の周り、手首など汚れの残りやすいところはていねいに洗いましょう。



### ◆加熱調理

加熱調理用のカキや二枚貝は生で食べずに十分に加熱しましょう。

生ものを扱った調理器具は洗浄し、熱湯などで消毒しましょう。



### ◆二次感染予防

下痢やおう吐のある方は、調理や配膳など食品を扱う作業は控えましょう。

おう吐物や便で汚れた床や衣服などや使った雑巾などは、塩素系消毒剤で消毒しましょう。

## 【吐物処理と消毒】

◆換気をして、使い捨てのマスク、手袋、エプロンを着用してください。

◆おう吐物は半径2m程度の広い範囲に飛散します。ペーパータオルなどを使い、ウイルスが飛び散らないよう外側から内側に静かに拭き取ります。

◆拭き取った後の場所は、0.1%の塩素系消毒剤を浸した布などで消毒し、10分後に水拭きします。

◆便やおう吐物が付着したシーツなどのリネン類は、下洗いした後85℃、1分以上の熱水や塩素系消毒剤0.1%の消毒が有効です。

◆布団は、家庭用布団乾燥機では十分な消毒効果が得られない場合がありますので、専門の業者に依頼しましょう。

◆カーペットの表面は、スチームアイロン（1か所2分程度）や塩素系消毒剤0.1%の消毒が有効です。

### 0.1% 塩素系消毒剤の作り方

製品濃度6%の場合

原液50ml ⇒ 水3ℓに加える



## 3月は自殺対策強化月間です

### ひとりで悩むより、まず相談を。

たくさんの方が、あなたの支えになりたいと思っています。相談する場所は、たくさんあります。まず、相談してください。



「イラスト：細川紹々」



### 相 談 窓 口

「千葉いのちの電話」

24時間・年中無休

☎043-227-3900

「精神保健福祉センター」

受付時間 9:00～16:30

（土日祝日・年末年始を除く）

☎043-263-3893

「長生健康福祉センター（保健所）」

受付時間 9:00～17:00

（土日祝日・年末年始を除く）

☎0475-22-5167

## 「レジオネラ症」をご存知ですか？

### 【レジオネラ症とは？】

- ◆レジオネラ属菌という細菌が原因で起こる感染症で、入浴施設で感染した例がたびたび報告されており、中には死亡例もあります。近年、報告例が増加している感染症の1つです。人から人への感染は報告されていません。
- ◆人は、レジオネラ属菌に汚染された目に見えないほど細かい水滴（エアロゾル）を吸い込むことで感染します。
- ◆症状のタイプは「レジオネラ肺炎」と「ポンティアック熱」の2種類があり、問題となるのが「レジオネラ肺炎」です。高熱や呼吸困難、吐き気、意識障害などが出て、急激に重症化し死亡することもあります。幼児や高齢者、現病歴のある方など、抵抗力の弱い人は感染しやすいので注意が必要です。

### 【レジオネラ属菌とは？】

自然界では、レジオネラ属菌だけが多量に増えるということはありません。人工的な環境（循環式浴槽や建物に設置されている冷却塔、加湿器、給湯設備）で衛生的な維持管理がされていない設備の中のバイオフィーム（いわゆるヌメリ）に生息するアメーバに寄生してレジオネラ属菌が増殖してしまいます。



▲レジオネラ属菌



### 【レジオネラ症を防ぐには？】

バイオフィームをつけない、増やさないためにも、定期的な清掃と消毒を徹底して行うことでレジオネラ症を防ぐことができます。

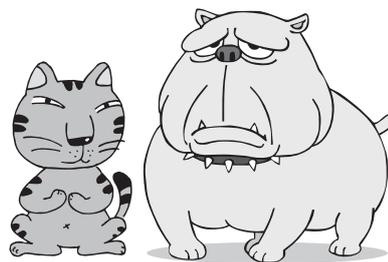
## 動物愛護管理法が改正になりました

平成25年9月1日より施行されました改正動物愛護管理法では、人と動物の共生する社会の実現に向けて、動物の飼い主はその動物が命を終えるまで適切に飼養する「終生飼養」の責任があることが法律上明確にされました。

### 【改正動物愛護管理法の主なポイント】

#### （動物の所有者の責務について）

- ◇動物の所有者の責務として、動物がその命を終えるまで適切に飼養すること（終生飼養）が明記されました。
- ◇都道府県等は、終生飼養に反する理由による引取り（繰り返しての引取り、老齢や病気を理由とした引取り等）を拒否できるようになりました。
- ◇動物の所有者は、その所有する動物がみだりに繁殖して適正に飼養することが困難とならないよう努めましょう。



#### （罰則が強化されました）

- ◇愛護動物をみだりに殺傷・遺棄することは犯罪です。改正動物愛護管理法により、罰則が強化されました（みだりな殺傷：200万円以下の罰金等、遺棄：100万円以下の罰金）。絶対に傷つけたり捨てたりしてはいけません。
- ◇みだりに、給餌や給水をやめたり、酷使したり、病気やけがの状態でも放置したり、糞尿が堆積するなどの不衛生な場所で飼ったりする等の行為は「虐待」です。動物を虐待することは犯罪です（100万円以下の罰金）。

## 身近なボランティア「献血」にご協力を！

輸血に必要な血液製剤は年間を通じての供給が不可欠です。しかし、少子高齢化の影響で、若い世代の献血者が減少傾向です。

献血者が減少しがちな冬の季節、若者世代をはじめ、多くの方のご協力をお願いします。



1月・2月は「はたちの献血」キャンペーンです。

3月は千葉県献血推進強調月間です。

1～3月は長生郡市各地域で移動採血車による献血が行われます。  
移動採血車の予定は下記ホームページでご確認ください。

長生地域の献血会場：<http://www.pref.chiba.lg.jp/kf-chousei/boshuu/kenketsu.html>

千葉県内の献血会場：<http://www.chiba.bc.jrc.or.jp>（千葉県赤十字血液センターのページ）

## Stop! 違法ドラッグ

店舗やインターネットサイトで「合法ハーブ」、「アロマ」、「お香」などと称して販売されている違法ドラッグは乾燥植物片、粉末、液体に覚せい剤、麻薬、大麻など規制薬物に類似した化学物質が添加されたものです。何が含まれているか分からないため体への悪影響が分からず、規制薬物より危険な薬物です。違法ドラッグを使用すると、意識障害・けいれん・呼吸困難などの重大な健康被害を起こすことがあります、死亡するケースもあります。

“規制されていないから大丈夫”  
と思うのは間違いです！違法ドラッグは大変危険ですので、絶対に「買わない」「使わない」「かわらない」でください。



### 薬物の相談機関

千葉県精神保健福祉センター

☎ 043-263-3893

長生健康福祉センター

☎ 0475-22-5167

県警ヤング・テレホン

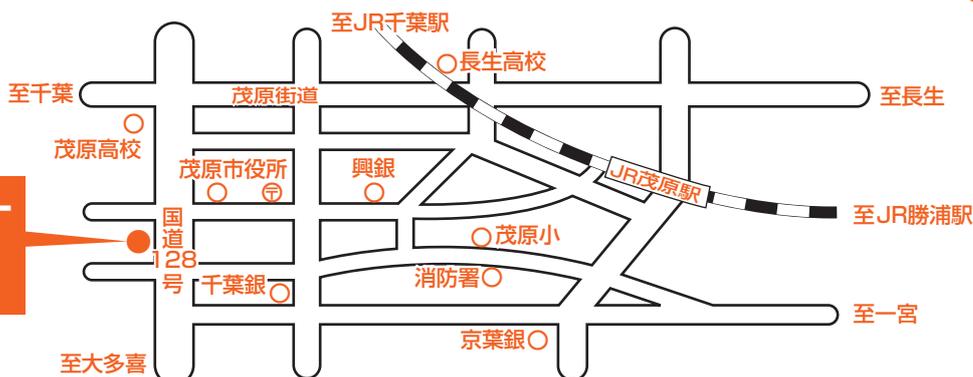
☎ 0120-783-497

茂原警察署

☎ 0475-22-0110

### 案内図

長生健康福祉センター  
(長生保健所)  
長生合同庁舎2階



交通 徒歩・・・JR茂原駅から約20分茂原市役所向かい

バス・・・JR茂原駅から「大多喜」、「長南」方面行「西町停留所」下車約3分