

6 センターだより縮小版

第31号 (平成26年8月発行) 5/17

海匠健康福祉センターだより (海匠保健所)

海匠健康福祉センター 〒288-0812 銚子市栄町2-2-1 TEL.0479-22-0206 FAX0479-24-9682
 八日市場地域保健センター 〒289-2144 匝瑳市八日市場イ2119-1 TEL.0479-72-1281 FAX0479-73-3709
 海匠健康福祉センターホームページアドレス http://www.pref.chiba.lg.jp/kf-kaisou/index.html
 ●海匠健康福祉センター管内：銚子市・旭市・匝瑳市●管内人口174,786人●世帯数65,765世帯 (平成26年4月1日現在)

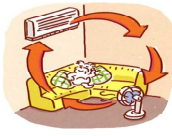
快適な居住空間を！

新築の家に入居するのは、心がウキウキして楽しいものです。しかし、居室に長いとんだんだか溶剤のようなにおい、目がチカチカしたり鼻水が止まらなくなった、という経験はあるでしょうか？

それは、ひょっとして“シックハウス症候群”かもしれません！！

現代の住居は、鉄筋コンクリートの集合住宅が多くなり素材も合板、壁紙、フローリング、サッシなどで、そこには多くの化学物質が使われています。しかも部屋の機密性が格段に高く、これらの物質が室内にこもりがちになっています。

化学物質が室内にたまってくると
 ・目がチカチカする ・咳や鼻水が出る、
 ・皮膚がかゆくなる ・頭痛やめまいがする
 などといった症状が出てくることがあります。
 これがシックハウス症候群です。また、室内に湿気がたまってくると、カビやダニが増加することもあります。室内の汚染や環境悪化と共に、人によってはアレルギー反応を示すこともあります。



このようなことを防ぐために、まめに窓を開ける、換気を行うなど、室内に空気の流れを作ることが必要です。エアコンや換気扇を使って、いつも新鮮な空気を取り入れるようにしましょう！(最近では、シックハウス症候群となる原因物質に代わる物質が開発され、症状は少しずつ軽減されるようになっていきます。)



海匠健康福祉センターだより

セアカゴケグモにご注意！！

平成25年9月9日、千葉県市原市で初めてセアカゴケグモが発見されました。この発見は千葉県を震撼させました。何しろ、千葉県にはまだこのような危険なクモはいない、安全な県だと信じられていたからです。

もし、見つけても決して捕まえるようにはしないでください！ 攻撃性はありませんが、人などが手を差し伸べると咬みついてきます。毒ガモですので咬まれた部分に痛み、腫れなどが発生します。見つけても「珍しい」「貴重な」とは考えず、殺虫剤(市販のもので十分です)で駆除します。殺虫剤がなかったら足でふみつぶしてもかまいません！

背や腹に赤い や 状の模様があります。毒があるのはメスだけです！



STOP! AIDS (ストップ! エイズ)

あなたと愛する人のためにHIV抗体検査を受けましょう！

世界のHIV感染者・エイズ患者は約3,400万人。日本でもHIV感染者・エイズ患者は増え続け、平成25年は1,546人が新たに報告されました。エイズは防ぐことができる性感染症です。エイズの発症を遅らせるために、HIVの感染を早く知り、早期治療に取り組むことが大切です。

- 【HIV抗体検査および相談について】
- 予約制で、「無料」「匿名」で検査を受けることができます。
 - 検査結果はその日のうちにわかります。
 - 感染したと思われる日から3か月以上経過していることが必要です。
 - 検査は毎月2回(火曜日)(変更すること可)。受付時間は午後1時～1時30分
 - * 同日に梅毒・クラミジア検査・肝炎(B型・C型)の検査も行っています。(問合せ先)

千葉県海匠健康福祉センター (海匠保健所)
 健康生活支援課 ☎0479-22-0206
 八日市場地域保健センター (相談のみ) ☎0479-72-1281



海匠健康福祉センターだより

脱法=捕まらない!?

- 平成26年4月1日から指定薬物(いわゆる脱法ドラッグ)の所持・使用・購入が新たに禁止されました。
- 違反した場合は、3年以下の懲役もしくは300万円以下の罰金又はどちらの罰も科せられます。
- 現在指定薬物の対象は1,300物質以上。



軽い気持ちで **持たない。買わない。使わない。**

※指定薬物とは精神毒性(幻覚・興奮)を有する可能性が高く、使用した場合人体への悪影響を与えるおそれがある物質を薬事法に基づき厚生労働大臣が「指定薬物」に指定しています。

新しい制度により内容が変わります!!

小児慢性特定疾患医療費助成制度 平成27年1月1日～

《現在受診券をお持ちの方》
 ★有効期限平成26年9月30日までの方
 ・平成26年5月31日までに新規申請をされた方
 ・平成25年内に継続申請をされた方
 平成26年12月31日までの受診券を9月頃に郵送する予定です。
 《平成27年新制度の手続きについて》
 ★平成26年9月予定
 ※詳細が分かり次第、皆様にご知らせします。

特定不妊治療費助成事業 平成26年4月1日～

《平成26年度又は27年度初めて助成を受ける方》
 ★40歳未満の方
 ・43歳になるまで通算6回までとなります。
 ★40歳以上43歳未満の方
 1年目3回まで ※別途
 2年目2回まで
 ※注：平成28年度以降に初めて助成を受ける40歳以上43歳未満の方は、通算助成回数が9回となります。

ご質問・ご相談については、海匠健康福祉センターへお問い合わせください！

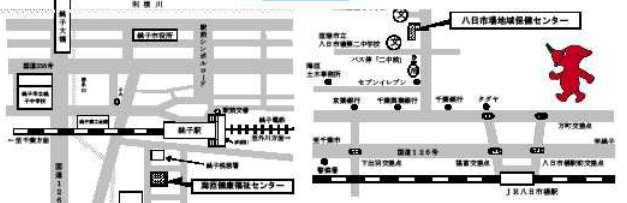


海匠健康福祉センターだより

業務案内

業務	海匠健康福祉センター		八日市場地域保健センター	
	曜日	受付時間	曜日	受付時間
療育発達相談 (子供の相談や発育相談)	第2火曜日 ※8月、11月はお休み	午後1:30～3:00 (予約制)		
精神保健福祉相談	第2水曜日	午後1:30～3:00 (予約制)	第1水曜日	午後1:30～3:00 (予約制)
障害者差別相談	月～金曜日	専用電話 0479-22-0739 午前9:00～午後5:00		
腸内細菌検査 (有料)	毎週火曜日 ※祝日及び12月30日、 2月10日はお休み	午前9:00～10:30	8～10月 第2、第4火曜日 11月、12月 第2火曜日 ※9月は第2、第5火曜日 2月は第3火曜日に実施します。	午前9:00～10:30
エイズ検査 性感染症検査 肝炎検査	第1、第3火曜日	午後1:00～1:30		
結核管理 家族検診	第4火曜日	午後2:00～3:00 (個人通知)	第2火曜日	午後1:30～2:30 (個人通知)

案内図



〒288-0812 銚子市栄町2-2-1 TEL. 0479-22-0206 FAX. 0479-24-9682
 〒289-2144 匝瑳市八日市場イ2119-1 TEL. 0479-72-1281 FAX. 0479-73-3709

海匠健康福祉センターだより (海匠保健所)

海匠健康福祉センター 〒288-0812 銚子市栄町2-2-1 TEL0479-22-0206 FAX0479-24-9682
八日市場地域保健センター 〒289-2144 匝瑳市八日市場イ2119-1 TEL0479-72-1281 FAX0479-73-3709
海匠健康福祉センターホームページアドレス <http://www.pref.chiba.lg.jp/kf-kasou/index.html>
●海匠健康福祉センター管内：銚子市・匝瑳市●営業窓口：〒288-0822 銚子市栄町3-65-44番（平成26年9月1日現在）

インフルエンザにならないために

インフルエンザの症状は通常の風邪に比べて突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身症状を伴います。また、気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することもあるので、特に子供や高齢者、呼吸器・心臓に持病を持つ方は注意が必要です。

感染予防の基本は手洗い・うがい・予防接種

- 手洗いは石けんを使い、最低15秒以上洗います。
- うがいは先に口をすすいでから行い、喉の奥に届かせるようにすると効果的です。
- 予防接種も発症及び重篤化の予防に効果があります。

マスクの着用

- インフルエンザウイルスは感染者の「つば」「鼻水」に含まれます。
- マスクは不織布製マスクの使用が推奨されます。



インフルエンザかと思ったら...

- かかりつけの医療機関に事前に連絡を取ってから受診してください。
- マスクを着用し、周囲の人への感染防止に努めてください。



インフルエンザと診断されたら...

- 水分補給と十分な睡眠を心がけ、お薬は指示どおりに最後まで飲みましょう。
- 熱が下がっても感染力は残っています。少なくとも「発症から5日経過、かつ熱が下がってから3日目」までは外出を控えてください。



海匠健康福祉センターだより

つながる、いのち、自殺から守りたい。

平成10年以降、全国の年間自殺者数は14年連続で3万人を超え、2年前より27万7千人台になりましたが、いまだに交通事故死者数の8.2倍と高水準です。千葉県では2,700人前後で、海匠地域では40人位で推移しています。

もし、ご自身や身近な人が悩みを抱えきれなくなった時は、信頼できる人や保健所、市役所等に、相談されたり、次のようなことに思いを巡らすことで、しのいでいこうとする気持ちか、強いか弱らなくなるかもしれません。

1. 今日まで生きていて、あなたがいます。
○「我ながら、あの環境の中でよくやってきたなあ」という気にもなりませんか? (おぼろげ：自己受容)
○「先の見えない不安、どうしようもない憤り、今日までのいできたあなたが、こうやってここに、いるんだと、改めて感じませんか?」(感しみ：自己信頼)
2. 今日まで支えている、あなたがいます。
○「誰かが支えてくなくても、後でこっそり自分を支えたりすることがあったのではないですか?」(たえ：自己肯定感)
○「良かった思い出が、生きる支えや励みになっているようなところありませんか。時々、そのことを思い出して、辛い気持ちにブレーキがかかることもありますか?」(安らぎ：自己資源の発掘)
3. 今日までつながっている、あなたがいます。
○「あなたが生まれてから持っている素質と、子供の頃に育んできた生活は、壊れにくいので、今のあなたの支えになっていますか?」(無邪気さ：素質の活用)
○「後悔の気持ちも、どうしようもなくて伝えたかったんですか?」「あなたがそう言って、その人がどう言ってくれると、いいでしょうかねえ?」(折り合い：関係性の癒やし)



医師・歯科医師・薬剤師調査に御協力お願いします

- Q. 医師・歯科医師・薬剤師調査って何?
- A. この調査は、医師、歯科医師、薬剤師について、性、年齢、業務の種別、従事場所及び診療科名(薬剤師を除く)等による分布を明らかにするため2年に1度行われている調査です。
- Q. 病院に勤めている人だけが対象なの?
- A. いいえ。医籍に登録されている医師、歯科医籍に登録されている歯科医師及び薬剤師名簿に登録されている薬剤師すべての人が対象です。
- Q. いつまでに提出すればいいの?
- A. 平成26年12月31日現在の状況を所定の用紙に記入していただき、平成27年1月19日までに海匠健康福祉センターに提出してくださるようよろしくお願いいたします。



あなたの優しさ届けよう 命つなぐ献血

県内の献血の状況

- 冬は献血者が減少する傾向があります。
- 若い人たちの献血者が減少傾向です。



献血はなぜ必要?

- 病气やけがで輸血を必要としている患者さんに血液をお届けます。
- 血液は人工的につくることができません。また、長期保存ができません。

一人でも多く献血にご協力いただくとともに、**献血口献血(年2回以上)**をお願いしています。



新成人のみなさん!
はたちの献血も待ってるっ♡



献血推進キャラクター **けいけいちゃん**

レジオネラ症の発生を防ごう!

レジオネラ症って何?

土中や河川、湖沼など、どこにでもいるレジオネラ菌という細菌によって起こる病気で、特に、高齢者、乳幼児などが感染しやすいと言われています。中には意識不明となって死亡してしまうという怖いケースもあります。

- ・症状としては次の二つがあります。
- ・ポントiacク熱：発熱や頭痛などが軽度、数日で回復する。
- ・レジオネラ肺炎：高熱、呼吸困難、意識障害などで重症になりやすい。死亡することもある。

どのように感染するの?

菌に汚染された細かい水滴(エアロゾル)を空気といっしょに吸いこむことによります。お風呂場、加湿器などが発生源になりやすいです。



発生を防止するには?

- ・この菌は、お風呂などに発生するぬめりなどで大量繁殖します。お風呂場やその配管などをまめに掃除し、ぬめりがないようにしましょう。
- ・お風呂の水は、そのまま長く使わずに、定期的に交換しましょう。
- ・加湿器に使う水も、水道水などの衛生的なものを使い、こまめに交換しましょう。
- ・日常の衛生管理を徹底すれば菌の繁殖は防げます。清掃などの衛生管理をしっかり行うようにしましょう。

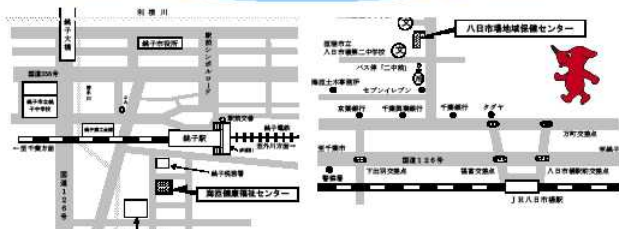


海匠健康福祉センターだより

業務案内

業務	海匠健康福祉センター		八日市場地域保健センター	
	曜日	受付時間	曜日	受付時間
療育発達相談 (子供の相談や発達相談)	第2火曜日 ※8月、11月はお休み	午後1:30~3:00 (予約制)		
精神保健福祉相談	第2水曜日	午後1:30~3:00 (予約制)	第1水曜日	午後1:30~3:00 (予約制)
障害者差別相談	月~金曜日	専用電話 0479-22-0739 午前9:00~午後5:00	第3水曜日 旭市保健センター	午後1:30~3:00 (予約制)
腸内細菌検査 (有料)	毎週火曜日 ※祝日及び12月30日、 2月10日はお休み	午前9:00~10:30	8~10月 第2、第4火曜日 11月、12月 第2火曜日 ※8月はなし、第5火曜日 2月は第3火曜日に実施しま す。	午前9:00~10:30
エイズ検査 性感染症検査 肝炎検査	第1、第3火曜日	午後1:00~1:30		
結核管理 家族検診	第4火曜日	午後2:00~3:00 (個人通知)	第2火曜日	午後1:30~2:30 (個人通知)

案内図



〒288-0812 銚子市栄町2-2-1
TEL 0479-22-0206 FAX 0479-24-9682

〒289-2144 匝瑳市八日市場イ2119-1
TEL 0479-72-1281 FAX 0479-73-3709

7 表彰関係一覧表

表彰区分	氏名・名称	業種等	表彰年月日	大会名称
厚生労働大臣表彰 (食品衛生事業功労者)	長井 滋	飲食店営業	26. 10. 24	平成26年度 食品衛生全国大会
知事表彰 (口腔保健事業功労者)	平野 茂	歯科医師	27. 2. 8	平成26年度 千葉県口腔保健大会
知事表彰 (看護功労者)	斉藤 章子	看護師	26. 5. 17	第24回県民が集う 「看護の日」
知事表彰 (千葉県保育士賞)	佐久間 きよ子	保育園園長	26. 12. 7	第59回 千葉県保育園振興大会
知事表彰 (社会福祉事業功労者)	横田 信一郎	准看護師	26. 11. 13	第64回 千葉県社会福祉大会
知事感謝状 (薬事功労者)	佐藤 雅宏	薬剤師	26. 10. 26	第45回 薬と健康の週間 ちば県民の集い
知事表彰 (食品衛生功労者)	榊原 廣子	飲食店営業	H26. 11. 11	平成26年度 千葉県食品衛生大会
知事表彰 (食品衛生優良施設)	ヤマサ ORM	缶詰又は瓶缶 食品製造業	H26. 11. 11	平成26年度 千葉県食品衛生大会
知事表彰 (食品衛生優良施設)	コーヒーショッ プ 蘭	飲食店営業	H26. 11. 11	平成26年度 千葉県食品衛生大会

健康福祉センター案内

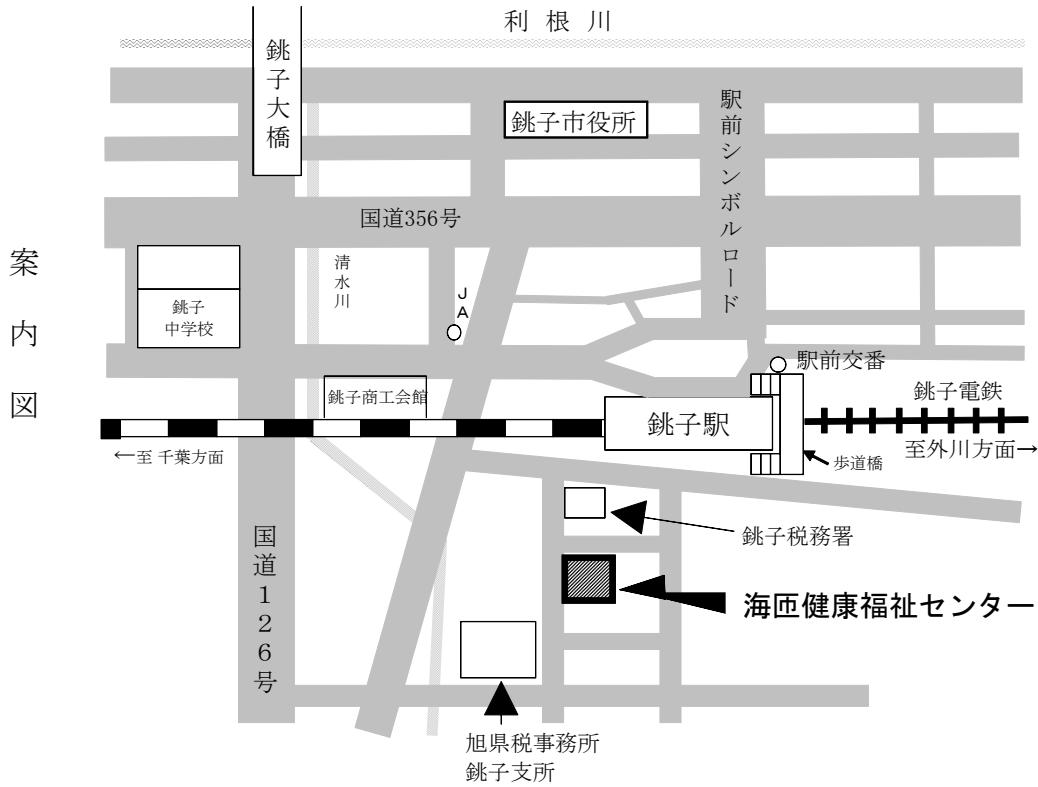
名称 千葉県海匝健康福祉センター(千葉県海匝保健所)

所在地 〒288-0812 銚子市栄町2-2-1

電話 0479-22-0206 (代)

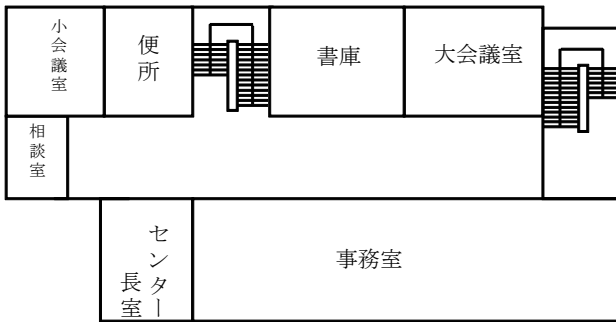
FAX 0479-24-9682

交通 JR総武本線・成田線銚子駅下車 徒歩5分

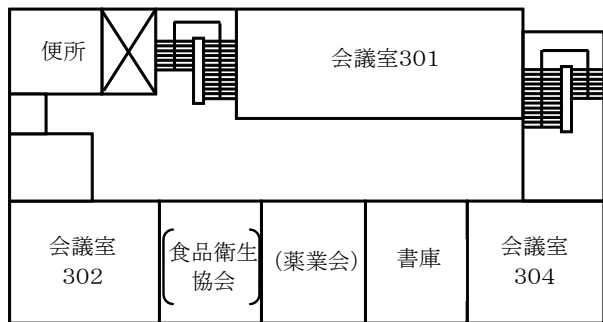


海匝健康福祉センター平面図

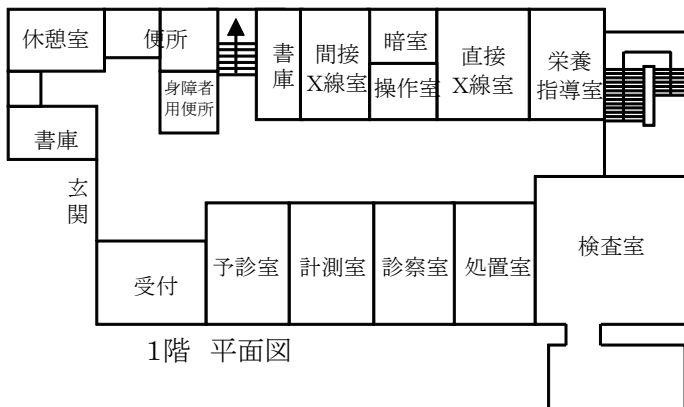
2階 平面図



3階 平面図



1階 平面図



名 称 八日市場地域保健センター

所在地 〒289-2144 匝瑳市八日市場イ 2119-1

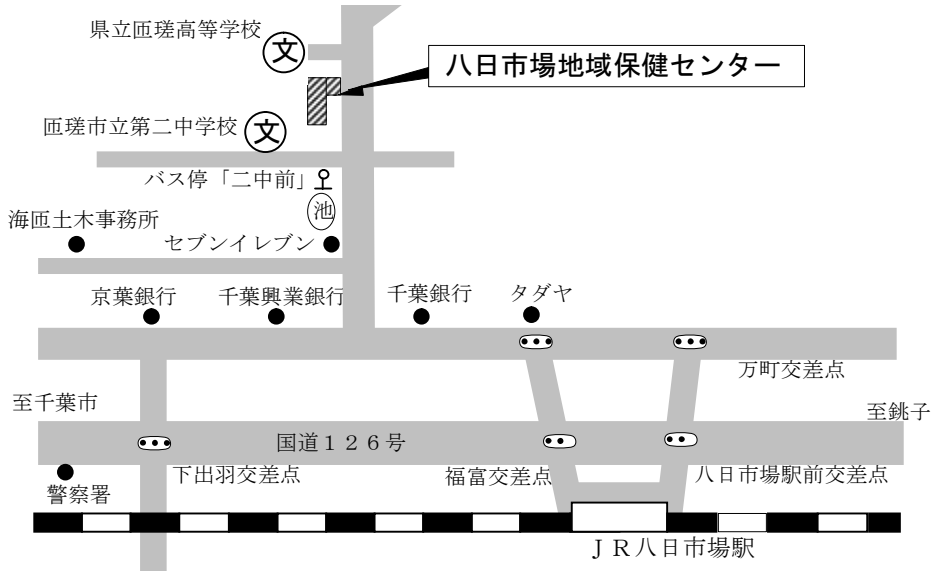
電 話 0479-72-1281 (代)

F A X 0479-73-3709

交 通 J R総武本線・八日市場駅下車 徒歩 20 分

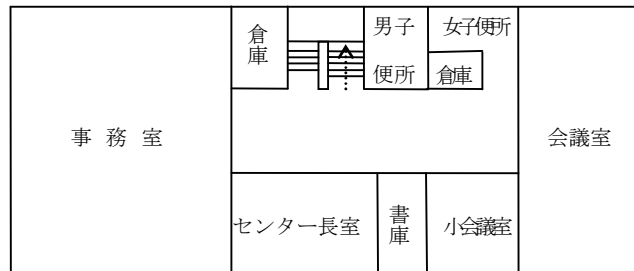
駅前から J Rバス多古・成田方面行き又は市内循環バスで「二中前」

下車徒歩 2 分



八日市場地域保健センター平面図

2階 平面図



1階 平面図

