

香取健康福祉センター（香取保健所）

第 42 号

健康らいふ

平成30年（2018年）
3 月 発 行

編集・発行/千葉県香取健康福祉センター 健康福祉センター管内（香取郡市1市3町）（平成30年1月1日現在）
〒287-0003 千葉県香取市佐原イ92-11 香取合同庁舎2階 人口 109,287人 世帯数 39,741世帯
☎ 0478-52-9161 FAX 0478-54-5407 ホームページアドレス [香取健康福祉センター](http://www.pref.chiba.lg.jp/kf-katori/index.html)
(<http://www.pref.chiba.lg.jp/kf-katori/index.html>)

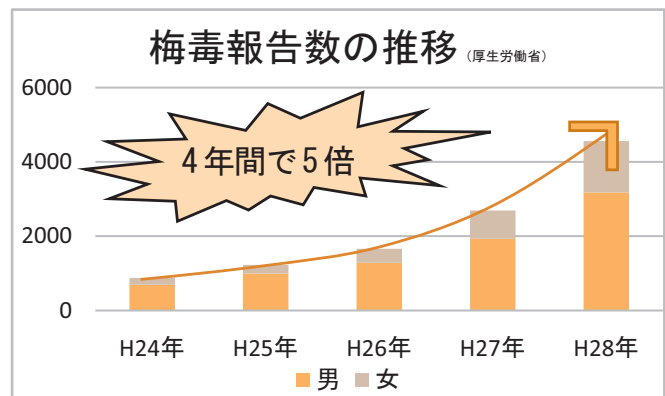
HIV・性感染症を予防しましょう



「性行為等で感染する病気」をまとめて性感染症といい、HIVや梅毒などがあります。性感染症は感染しても気が付かない間に病気が進んだり、人にうつしたりすることもあります。

梅毒が急増

近年、性感染症に感染する人が増えており、特に梅毒の厚生労働省の報告は4年間で5倍に急増、誰でもかかる可能性があります。「自分には関係ない」と思わず、予防や検査をしましょう。予防には適切なコンドームの使用が大切です。



香取保健所では無料・匿名でHIV等性感染症の検査を実施しています（要予約）

○検査日 毎月第2, 4月曜日 ○受付時間 13:00~14:00

※正確な結果を得るため感染の機会から3か月以降の検査をお勧めします。

○検査項目 HIV、梅毒、クラミジア、肝炎（B/C型）

○予約方法 保健所（0478-52-9161）へ電話

○検査方法 血液検査、尿検査

○場 所 香取合同庁舎2階・香取健康福祉センター

○検査結果 当日の15:30~口頭でお伝えします（クラミジアは2週間後）。

希望者には2週間後に検査成績書をお渡しします。身分証が必要になりますので検査の際にお持ちください。



<問合せ先：健康生活支援課>

野生の“けし”にご注意ください！

あへん系麻薬の原料となる“けし”は、法律により、栽培免許を受けなければ栽培することができませんが、乱用を目的とした不正栽培が後を絶たない状況です。

この“けし”ですが、香取管内にも多く自生しており、主に土手や民家の庭等で見つかります。薬物犯罪を防ぐためには、自生するけしを撲滅することが重要です。

けしは、毎年5月頃から6月頃にかけて開花し、不規則なギザギザを持つ葉が茎を抱き込むように生えているなど、特徴的な見た目をしています。

管内で疑わしい植物を発見した時は、抜去しますので、お問合せください！



<問合せ先：総務企画課>

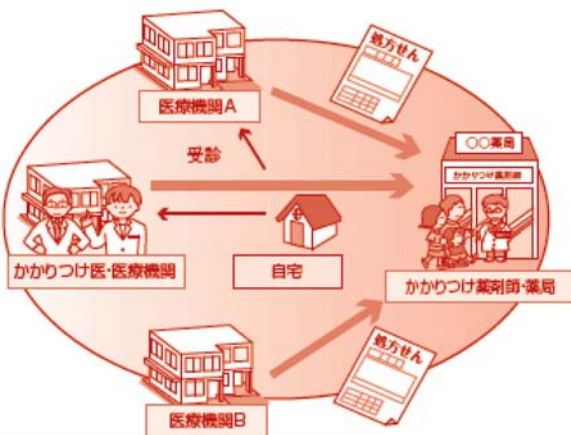
かかりつけ薬局を選びましょう！

病院や診療所で処方箋を出された場合、どこの薬局でも薬を調剤してもらえます。そんな時に、いつも利用する薬局をかかりつけ薬局として1箇所選んでおくと、様々なメリットがあります。

かかりつけ薬局を持つ主なメリットとして、

○複数の医療機関で処方箋をもらった場合、同じような薬が重複していないかチェックしてもらうことができます。

○飲み合わせの悪い薬や、体質に合わない薬が出されていないかチェックしてもらうこともできます。



○薬の飲み忘れ、飲み残しがないようサポートしてもらえます。

○市販薬やサプリメントなどの使用についても、気軽に相談することができます。

千葉県では、かかりつけ薬局の推進を進め、皆様から評価される医薬分業の実現に取り組んでいます。

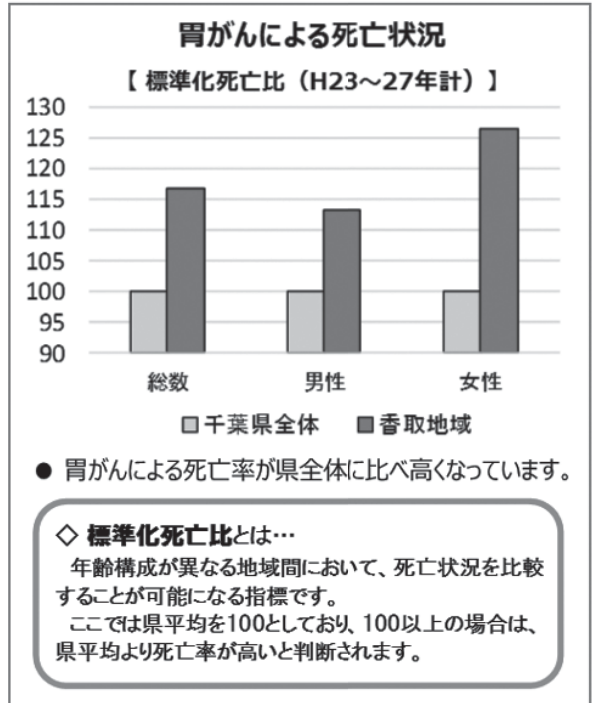
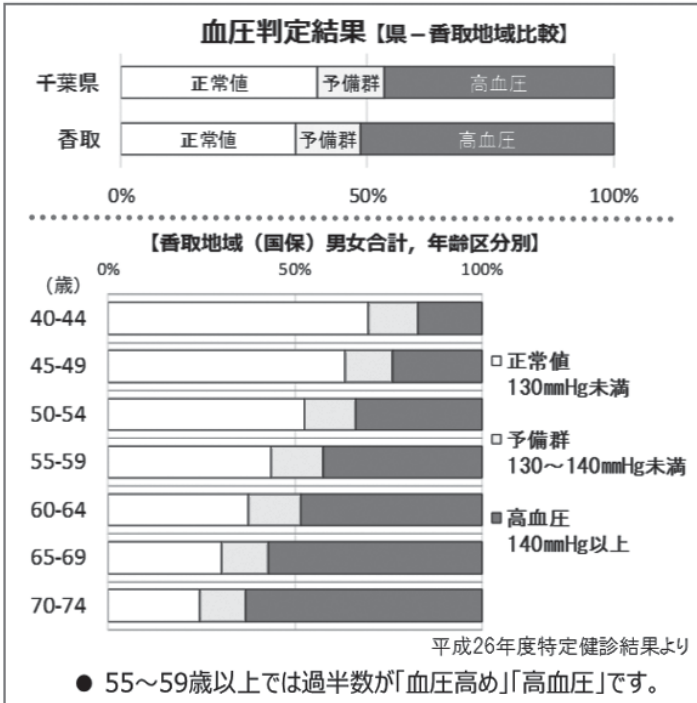
身近な薬局を「かかりつけ薬局」として活用しましょう！

<問合せ先：総務企画課>

香取地域・職域連携推進協議会からのお知らせ

あなたの生活習慣、大丈夫!?

～ 香取地域では、健診時に「高血圧」と判定される方や「胃がんで死亡」する方が多い状況です ～



がんや生活習慣病には、若いうちから生活習慣（食事や運動）に注意し、定期的な健診（検診）を受けることが大切です

自分の生活習慣をチェックしましょう！

1週間のうち、何日あてはまりますか？

回数が多いほど良い生活習慣です

① 朝食	朝食を食べた日数	⑦ 体重測定	体重を測定した日数 (できれば起床、トイレの後がベスト)
② 主菜	1日に「握りこぶし大」の主菜を3回 食べることができた日数	⑧ 歯磨き	1日2回以上した日数
③ 副菜	1日に「手のひら大」の副菜を3回 食べることができた日数	⑨ 運動	何か運動ができた日数
④ 果物	1日1個以上食べた日数	⑩ 睡眠	睡眠をとって疲労が十分回復した日数
⑤ 塩分	汁物を0～1杯だけ飲んだ日数 (汁物を1杯減らすと、塩分がマイナス 1～1.2g)	⑪ 喫煙	タバコを吸わなかった日数
⑥ 飲酒	お酒を飲まなかった日数 (休肝日は週2日以上あると良い)	②③の目安は、おかず1食分のおおよその望ましい量を簡単に考えるためのものです。くわしく知りたい場合は、栄養士・管理栄養士にお聞きください。	

生活習慣やお住まいの市町の健診（がん検診、ピロリ菌検査）などの情報をもっと知りたい方は…

健康情報 香取地域 で 検索 ▶

QRコードはこちら



* 「香取地域・職域連携推進協議会」は、行政・職域・医療等の関係者で構成しています

<問合せ先：地域保健福祉課>

平成 29 年度 健康相談・検査等の御案内

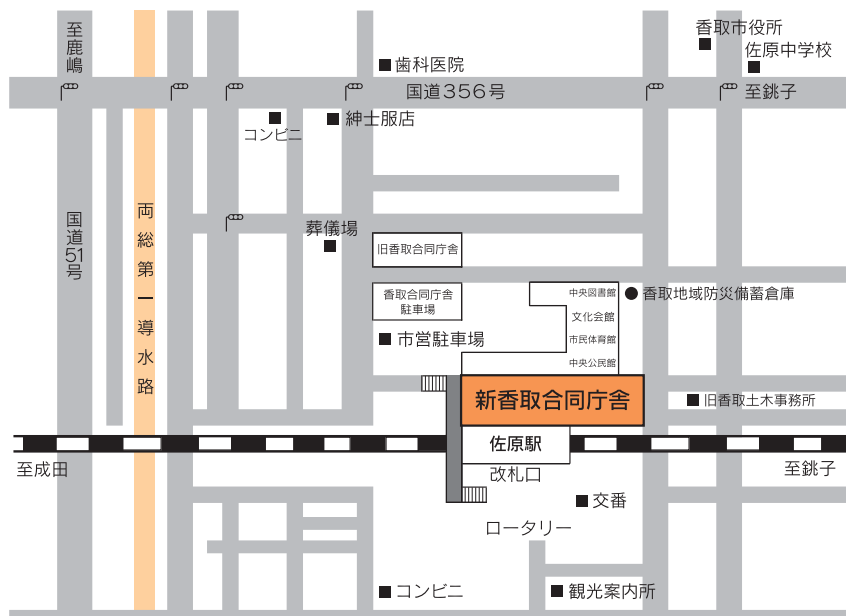
内 容	実 施 日	受付時間・方法	問合せ先
精神保健福祉相談 (精神科医師による相談)	月 2~3 回 午後 1:30~午後 3:00	(予約制)	地域保健福祉課
障害のある方の 差別に関する相談	(電話による相談) 月曜日~金曜日	午前 9:00~午後 5:00 Tel 0478-52-3613(直通)	
家庭児童相談 (人間関係、不登校、 非行、発達の遅れなど)	(電話・来所による相談) 月曜日~金曜日	午前 9:00~午後 4:00	
DV 相談 (配偶者等からの 暴力に関する相談)	(電話による相談) 月曜日~金曜日	午前 9:00~午後 5:00 Tel 0478-52-9310(直通) <時間外> 女性サポートセンター 24時間対応 Tel 043-206-8002	
	(来所による相談) 水曜日	(予約制)	
HIV抗体・梅毒・クラミジア 肝炎(B型、C型)ウイルス検査	原則 第 2・第 4 月曜日 午後 1:00~午後 2:00	(予約制)	健康生活支援課
腸内細菌検査 (腸管出血性大腸菌O157 赤痢菌・チフス菌 パラチフスA菌)	毎週 月曜日 (ただし、月曜日の翌日・ 翌々日が祝日の場合は、 受付しない場合があります)	午前 9:00~午前 10:30	検 査 課

※平成 30 年度の日程等につきましては、お問合せください。

香取健康福祉センター(香取保健所) 案内図

※平成 29 年 11 月に移転しました。

香取合同庁舎周辺図



香取健康福祉センター(香取保健所)

電話:0478-52-9161