

# いんば健康福祉センターだより

## ＜印旛保健所＞

### 第33号

2014年2月発行

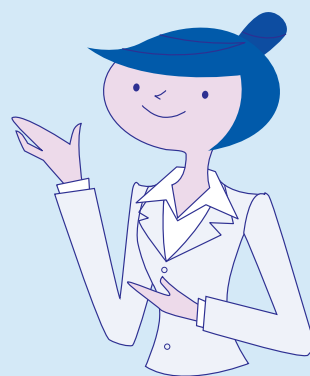
**印旛保健所では、無料・匿名でHIV検査を実施しています。**

## HIV・性感染症抗体検査について

保健所では、その日のうちに結果が分かる即日検査や、夜間検査も実施しています。(通常検査の結果通知は2週間後です)

### 【実施日・場所・問い合わせ先】

- 印旛健康福祉センター：毎月第2木曜日 ※電話での  
日中(受付9:30~10:30)【即日・通常】 事前予約制  
夜間(受付17:30~19:00)【通常】  
佐倉市鍋木仲田町8-1  
疾病対策課 ☎043-483-1135
- 印旛健康福祉センター成田支所：毎月第4月曜日 ※電話での  
日中のみ(受付13:00~13:30)【即日・通常】 事前予約制  
成田市加良部3-3-1  
☎0476-26-7231



### ○検査を受けるタイミングについて

保健所の検査では、ウイルス感染者の体内にできる抗体の有無を調べます。

ところが、HIVの抗体が体内にできるのは個人差があるものの感染から1ヶ月~3ヶ月かかると言われています。つまり、感染してからその期間内は検査を受けても正しい結果とは言えません。

個人差もあるため、感染の可能性のある日から3ヶ月以降の検査が確実です。

★HIVは早期に発見すれば発症を抑え、他人への感染を防ぐことができます。

### 【注意】

HIV検査目的での献血は、危険です。

昨年、エイズの原因となるHIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染していた献血者の血液が輸血され、輸血を受けた人の一人がHIVに感染しました。

検査目的で献血をすると感染している血液が輸血され感染者を増やす危険が生じるので絶対にやめてください。

# アニサキスによる食中毒を予防しましょう

アニサキスはクジラやイルカなど海産哺乳類の胃の中で成虫になる寄生虫で、その幼虫が魚介類に寄生していることがあります。

幼虫は2～3 cm位の白い糸状の虫で、多くは魚介類の内臓に寄生していますが、身（筋肉）にも寄生していることがあります。

鮮魚の冷蔵技術の進歩や食生活の多様化により、以前は加熱して食べていた魚介類を生食するようになり、アニサキスによる胃腸炎は増えています。

## ●どんな種類の魚に寄生しているの？

サバ、サケ、ニシン、イカ、イワシ、タラ等多くの魚種に寄生しています。  
しめサバ、サンマ、イナダの刺身等による食中毒が報告されています。

## ●どんな症状がでるの？

アニサキスは通常排泄されますが、まれに人の胃や腸壁に侵入すると胃腸炎症状を起こすことがあります。主な症状は、激しい腹痛ですが、吐き気、嘔吐を伴うこともあります。

## ●予防するには？

①刺身等で食べる場合はマイナス20℃で48時間以上冷凍する。

※しめサバを作る場合は塩じめ工程で冷凍処理を行うとよい。

②中心部まで十分加熱する。

③魚介類を生食する際には、新鮮なものを購入し、早期に内臓を除去し、低温（4℃以下）で保存する。

※アニサキスは一般に筋肉よりも内臓に多く寄生しています。長時間、常温で保管すると筋肉部へ移行しやすくなります。

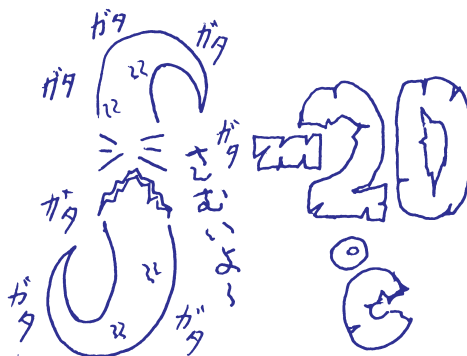
④調理や提供時に目視によるチェックを行う。

※アニサキスは目で見えます。食べる時にもよく確認しましょう。

⑤なめろう等を調理する際は細かく刻む。

※アニサキスは傷を受けると胃や腸壁への侵入性が著しく低下します。

※通常の料理で用いる程度のお酢、ワサビ、しょう油などでは死滅しません。



# ひとりで悩むより、まず相談を!! 3月は自殺対策強化月間です



もしあなたが悩みを抱えていたら、ぜひ相談してください。  
大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、声をかけてみてください。  
そして、その人が悩みを話してくれたら、

話をそらさない 「そんなことで」と否定しない 安易に励まさない  
じっくりと話を聴いて、**相談窓口**※につなげて下さい。

## ※ 相談窓口

### ☞ インターネットで探す

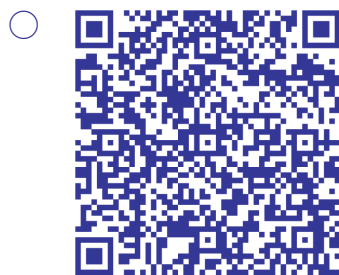
「印旛地区メンタルヘルスを中心とした相談窓口一覧」をホームページに掲載しました。

#### ○千葉県ホームページ

⇒ サイト内検索で「印旛 困った時の相談窓口」で検索

⇒ 「自殺対策について」を選択

⇒ 開いたページ内の「困った時の相談窓口」に掲載されているPDFファイル



⇒開いたページ内の「困った時の相談窓口」に掲載されている  
PDFファイル

### ☞ 電話で相談

○千葉いのちの電話（24時間対応） 043-227-3900

○よりそいホットライン（24時間対応） 0120-279-338

○印旛健康福祉センター地域保健課 043-483-1134

どこに相談しようか迷った場合などにご活用ください。

## 放射能に関する総合電話窓口

県では、平成23年12月1日に、放射能に関する質問をお受けする総合電話窓口を設置しています。

**電話番号 043-223-3406**

\* 受付時間 平日午前9時から午後5時まで

\* 回答方法 総合電話窓口では、放射能についての一般的事項や県の施策等についての質問を受けています。  
なお、専門的な質問については、総合電話窓口でお話を伺い、関係課からお答えします。

# 平成26年度予定 印旛健康福祉センター〔印旛保健所〕業務案内

※問合せ・予約については本所各担当課、成田支所へお電話ください。(平成26年2月時点の予定ですので必ず事前に各課に御確認ください。)

事業名	印 旛 保 健 所 (本所) 043-483-1133 (代)		成 田 支 所 0476-26-7231
H I V 抗体検査 肝炎ウイルス検査	毎月 第2木曜日 受付時間9:30~10:30 (日中) 〃 受付時間17:30~19:00 (夜間) ※予約:検査日の月の初日(平日)から受付します ※日中のHIV抗体検査のみ即日で結果をお知らせします 疾病対策課 043 (483) 1135	予約制	毎月第4月曜日 受付時間13:00~13:30 (平成26年11月は実施なし。平成26年12月は1日に実施。(12月の予約は11月4日から)) ※予約:検査日の月の初日(平日)から受付します ※H I V 抗体検査のみ即日で結果をお知らせします 成田支所 0476 (26) 7231
エイズ相談	随 時 疾病対策課 043 (483) 1135		随 時 成田支所 0476 (26) 7231
骨髄バンク登録事業	毎月 第4火曜日 受付時間10:00から 疾病対策課 043 (483) 1135	予約制	
子どもぜん息・アレルギー相談	年4回実施予定。 詳細については御相談ください。 地域保健課 043 (483) 1134	予約制	
不妊相談	偶数月 第2木曜日 13:30~〔一部変更あり〕 (相談日の3日前までに予約してください) 地域保健課 043 (483) 1134	予約制	
精神保健福祉相談	毎月 第2木曜日 14:00~16:00 毎月 第2金曜日 14:00~16:00 毎月 第3月曜日 13:30~16:00 地域保健課 043 (483) 1136	予約制	毎月 第4金曜日 14:00~16:00 ※予約は、地域保健課〔精神保健担当〕まで (精神保健福祉担当) 043 (483) 1136
精神デイケアクラブ	毎月第1・3火曜日 10:00~12:00 ※利用者は登録制。希望する場合は事前に連絡が必要です。 地域保健課 043 (483) 1136		
D V 相談	電話相談 随 時 面接相談 毎週火曜日 地域福祉課〔DV相談専用〕043 (483) 0711	面接相談は予約制	
家庭児童相談	随 時 地域福祉課 043 (483) 1120		
腸内細菌等検査	毎週 月曜日 9:00~11:00 ※本所のみ、月曜日休日の場合は翌日の火曜日受付します (ただし、平成27年3月30日(月)は除きます) 検査課 043 (483) 1139		毎週 月曜日 9:00~10:30 (ただし、平成27年3月30日(月)は除きます) 成田支所 0476 (26) 7231

※保健所業務は、平日午前9時から午後5時までとなります。土曜日、日曜日、祝日等は行っておりません。

## 庁舎案内

**印旛健康福祉センター (印旛保健所)**  
佐倉市鍋木仲田町 8-1 ☎ 043-483-1133

**印旛健康福祉センター (印旛保健所) 成田支所**  
成田市加良部 3-3-1 ☎ 0476-26-7231

※成田支所では一部取り扱っていない業務があります。