

## 香取健康福祉センター (香取保健所)

第 23 号

## 健康らいふ

平成20年 (2008年)  
7 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20年 6 月 1 日現在)  
〒287-0001 千葉県香取市佐原口 2 1 2 7 人口 125,913 人 世帯数 41,628 世帯  
☎ 0478-52-9161 FAX 0478-54-5407  
ホームページアドレス <http://www.pref.chiba.lg.jp/hokenjo/katori/>

## 平成20年度から B 型・C 型肝炎のインターフェロン治療に対する医療費助成が始まりました

(千葉県肝炎治療特別促進事業)



対象者 次の条件をすべて満たしている方

- ・ 県内に住所があること
  - ・ 県が指定する医療機関で、B 型又は C 型ウイルス肝炎のためにインターフェロン治療が必要と診断され、かつ、国の定める認定基準を満たしていること
  - ・ 他の法律などに基づき、インターフェロン治療の公的な医療費助成を受けていないこと
- \* この制度により一度助成を受けた方は、再度この制度を利用することはできません。

助成内容 インターフェロン治療に係る保険診療の患者負担額から、所得に応じた自己負担額を除いた額を助成します。

認定期間 申請を受理した月の初日から 1 年間。

申請書類

- ① 肝炎インターフェロン治療受給者証交付申請書
- ② 県が指定する医療機関が発行する「肝炎インターフェロン治療受給者証認定に係る診断書」
- ③ あなたの氏名が記載された被保険者証の写し
- ④ あなたの属する世帯の全員について記載のある住民票の写し
- ⑤ ④に記載のある方全員の市町民税の課税証明書

## 肝炎検査について

平成20年 4 月から、県が委託した医療機関 (病院及び診療所) で、B 型及び C 型肝炎ウイルス検査を無料で受けることができます

対象者 検査の対象となる方は、下記の①～④の要件のすべてに該当する方です。

- ① 県内の市町村にお住まいの方 (千葉市及び船橋市・柏市を除く)
  - ② 感染の可能性が高い方
    - ・ 平成4年 (1992年) 以前に輸血を受けたことのある方、長期に血液透析を受けている方
    - ・ 非加熱凝固因子製剤や平成6年 (1996年) 以前にフィブリノゲン製剤 (フィブリン糊使用を含む。) の投与を受けたことのある方又はその可能性のある方
    - ・ 臓器移植を受けたことのある方
    - ・ 過去に肝機能異常を指摘されたことのある方 (GOT, GPT が要指導判定)
  - ③ 市町村が行う健康増進法に基づく健康増進事業や職場における健康診断等で肝炎ウイルス検査の受診の機会のない方
  - ④ 過去に B 型又は C 型肝炎ウイルス検査を受けていない方
- \* なお、健康福祉センター (保健所) でも、検査が受けられます。



&lt;問い合わせ先：健康生活支援課&gt;

## 家庭でできる食中毒予防の6つのポイント

食中毒というと、レストランや旅館などの飲食店での食事が原因と思われがちですが、家庭の食事を原因とする食中毒にも注意が必要です。O157などの食中毒予防の三原則は、食中毒菌を「付けない、増やさない、殺す」です。『6つのポイント』は、この三原則から成っています。

### POINT① 買い物をするとき

- 肉、魚、野菜などは**新鮮**なものを。消費期限など**表示**に注意を。
- 肉や魚などはビニール袋などにそれぞれ分けて入れ、肉汁などを漏らさない。
- 冷蔵や冷凍が必要な食品の購入は買い物の最後にし、できるだけ早く帰宅を。



### POINT② 食品を保存するとき

- 冷蔵や冷凍が必要な食品は、持ち帰ったら、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に。
- 冷蔵庫は**10℃以下**、冷凍庫は**-15℃以下**が庫内温度の目安。
- 冷蔵庫内では肉汁などが他の食品にかからないように、食品ごとに別の容器に。肉、魚、卵などを扱う時は、その前後に必ず**手洗い**を。

### POINT③ 下準備のときは

- 作業に入る前や肉、魚、卵を扱った後は必ず**手洗い**を。
- 肉や魚などの汁が、サラダなど生で食べる食品にかからないように。
- 生の肉や魚を切った後の包丁やまな板で、他の食品を処理しない。  
(洗ってから熱湯をかけた後、使うことが大切です。)
- ラップしてある野菜やカット野菜も流水でよく**洗浄**を。
- 食品の解凍は、冷蔵庫の中や電子レンジで(室温で解凍しない。)。また、料理に使う分だけ解凍を。(冷凍・解凍の繰り返しは危険)
- 包丁、まな板、ふきんなどは、使った後すぐに洗剤と流水でよく**洗浄**を。  
(漂白剤に一晩つけ込んだり、熱湯をかけたり、煮沸すれば消毒効果があります。)



### POINT④ 調理のときは

- 作業に入る前には、まず**手洗い**を。
- 加熱をして調理する食品は**十分に加熱**を(目安は、中心部の温度が**75℃で1分以上**。)
- 料理を途中でやめるような時は、そのまま放置しない。
- 電子レンジを使う時は、電子レンジ用の容器を使い、熱の伝わりにくい物は、時々かき混ぜる。



### POINT⑤ 食事のときは

- 食卓につく前には、まず**手洗い**を。
- 盛り付けは清潔な手で、**清潔な器具**を使い、**清潔な食器**に。
- 温かい料理は**65℃以上**、冷やして食べる料理は**10℃以下**で。
- 調理前や調理後の食品は、室温に長く放置しない。  
(例えば、O157は室温でも15~20分で2倍に増えます。)



### POINT⑥ 食品が残ったときは

- 残った食品は早く冷えるように浅い容器に小分けして**清潔な器具や食器**で保存を。
- 残った食品を温め直す時も十分に**加熱**を。(味噌汁やスープなどは煮沸するまで。)
- 時間が経ち過ぎたり、少しでも怪しいと思ったら、思いきって捨てる。



＜問い合わせ先：健康生活支援課＞



## 栄養機能食品 と 特定保健用食品の違いってなに？



### 「栄養機能食品」とは…

特定の栄養成分（カルシウム、鉄などミネラル5成分、ビタミンA、ビタミンCなどのビタミン12成分）について、その栄養素の機能を表示して販売される食品です。「栄養表示基準」に従った表示となっていますが、厚生労働大臣による個別審査を受けた食品ではありません。

### 「特定保健用食品（トクホ）」とは…

からだの生理学的機能等に影響を与える保健機能成分を含んでいて、血圧や血中のコレステロールなどを正常に保つことを助けたり、お腹の調子を整えるのに役立つなど、特定の保健の用途のために利用されることを趣旨とした食品です。

この食品は、含まれる保健機能成分の有効性や安全性の審査を受け、厚生労働大臣の許可を受けています。許可を受けたものには、許可証票（※上記のマーク）が付けられています。

どちらの食品も、皆さんの健康づくりの助けとなる食品ですが、多用することで栄養バランスが良くなるというものではありません。

「基本は、主食・主菜・副菜がそろった食事」であることを忘れずに、上手に活用しましょう！

＜問い合わせ先：地域保健福祉課＞

## 献血への御協力をお願い



血液は人の生命を維持するために欠くことができないもので、現在の医療を支えるために、輸血用血液や血液製剤は必須なものとなっています。

血液は、いまだ人工的に造ることができず、また、生きた細胞であることから、血液を長期間保存することができません。

医療に必要な血液を十分確保するためには、絶えず誰かの献血が必要です。

特に夏季に向かっては、血液が不足し、患者の命を救うことができない状況となることが懸念されますので、皆さん一人ひとりの御理解をいただき、献血にご協力いただきますようお願いいたします。

※ 献血会場は、当センターのホームページでご覧いただけます。  
なお、その日の体調によっては、献血できない場合もあります。



＜問い合わせ先：総務企画課＞

平成19年度献血推進啓発作品  
千葉県健康福祉部長賞  
山口 葵さん  
(香取市立佐原第五中学校)

## 健康相談等業務案内

(平成20年6月1日現在)

区 分	実 施 日	受 付 時 間 ・ 方 法	問 い 合 わ せ 先
療 育 相 談	8 / 7 ・ 2 / 5	予約制	地域保健福祉課
未 熟 児 等 健 康 相 談	偶数月 (月1回)	予約制	
女性のための健康相談	偶数月 第4火曜日 奇数月 第4木曜日	予約制	
精 神 保 健 福 祉 相 談	月3～4回	予約制	
精神障害者社会復帰相談 (デイケアクラブ)	月1～2回	事前申込・登録制	
家 族 教 室	年3回	事前申込 午後1:30～3:30	
家 庭 児 童 相 談	月曜日～金曜日	午前9:00～午後4:00 ※ 電話相談も可	
配偶者等からの暴力に関する相談 (DV相談)	電話での相談 (月曜日～金曜日)	午前9:00～午後5:00	健康生活支援課
	来所での相談 (毎週水曜日)	予約制 午前9:00～午後5:00	
エイズ・肝炎検査	毎月第2・第4月曜日	予約制 午後1:00～2:00	健康生活支援課
腸内細菌検査	毎週 月曜日	午前9:00～10:30	検 査 課

## 小児慢性特定疾患の継続申請のご案内

現在の小児慢性特定疾患医療受診券の有効期限は平成20年9月30日までです。  
継続を希望される場合は、手続きが必要です。

- 申請期間：平成20年6月2日から9月30日まで。  
(土・日・祝日を除く。)

※ 平成20年10月1日に医療受診券がお手元に必要な場合は、7月31日までに申請してください。

- 継続書類については、現在の受診券と一緒に送っていますので、ご確認ください。  
○ 必要書類や申請方法等、ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

〈案内図〉  
(香取健康福祉センター)



〈問い合わせ先：地域保健福祉課〉