

香取健康福祉センター (香取保健所)

第 25 号

健康らいふ

平成21年 (2009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21年 6 月 1 日現在)
〒287-0001 千葉県香取市佐原口 2 1 2 7 人口 121,660 人 世帯数 39,485 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/>



食中毒予防の三大原則



食中毒の原因は家庭内でも多く発生するため、注意が必要です。食中毒予防の三大原則は、「付けない、増やさない、やっつける」です。ここではこの原則に基づいた家庭でできる食中毒の予防についてご紹介します。

食中毒の原因菌を・・・

●付けない

食品を扱う前は必ず手洗いをする。
冷蔵庫内で肉汁が他の食品にかからないように、食品ごとに別の容器に入れる。
魚・肉用と野菜用のまな板・包丁を使い分ける。
・・・使いわけができない場合、肉や魚を切ったあとは洗ってから熱湯をかけるなどしてから野菜を切るようにする。
なるべく生で食べるものの調理を先に行い、肉や魚は最後に扱う。



●増やさない

冷蔵庫の温度を保つため、食材は詰めすぎない (最大容量の 7 割程度)。
料理を途中でやめるような時には、そのまま放置しない。
調理器具は使った後すぐに洗剤と流水でよく洗浄し、その後よく乾かす。
残った食品は早く冷えるよう浅い容器に小分けして保存する。



●やっつける

十分な加熱を行う (目安は、中心部の温度が75度以上で1分以上)。
・・・中心まで十分に加熱するために、食材の切り方を工夫、低火力で長時間加熱する。
また、温め直す時も十分に加熱する。
食用の酢、アルコールなどの殺菌効果を過信しない (マリネ等は生ものとして扱う)。



<問い合わせ先：健康生活支援課>

飼い主としての責任を果たしましょう

動物を飼っている人は、法律や条例を守ることは当然ですが、義務づけられていなくても、ご近所の方や通行人に迷惑をかけないように配慮しなければなりません。

また、自分が飼っている動物の本能や習性をよく理解した上で、家族の一員として最後までめんどろを見る責任があります。

◎ 放し飼いはしない

犬を放すことは禁止されています。

犬は鎖でつなぐか、檻（おり）に入れて飼わなければなりません。

散歩はリード（引き綱）をつけて、制御できる人が行いましょう。

公園などで放してはいけません。

また、ねこはできるだけ室内で飼いましょう。



◎ 不妊・去勢手術をしましょう

飼い主に望まれない不幸な子犬・子ねこを増やさないために、動物病院で不妊・去勢手術を受けさせましょう。

◎ 糞尿の後始末をきちんとしましょう

犬やねこの糞尿の不始末により不快な思いをしたり、塀や門柱におしっこをされて迷惑を受けている人がたくさんいます。

犬が散歩中に糞をした場合は、責任を持って必ず持ち帰りましょう。

◎ 犬に狂犬病予防注射を必ず受けさせましょう

飼い犬の登録と年1回の狂犬病予防注射は、飼い主の義務です。

必ず受けさせて、首輪に注射済票をつけましょう。



<問い合わせ先：健康生活支援課>

障害者差別に関する相談窓口のご案内

千葉県では、「障害のある人もない人も共に暮らしやすい千葉県づくり条例」（平成19年7月1日施行）に基づき、障害者差別に関する相談窓口を設置しています。

ご相談は各地域の健康福祉センター（保健所）に設けられている相談専用電話へご連絡ください。広域専門指導員が対応しております。

なお、広域専門指導員が不在時には、千葉県障害福祉課へ転送され、障害福祉課でご相談をお受けしています。

香取健康福祉センター（香取保健所）・地域保健福祉課内

専用電話 0478（52）3613

（電話受付は月曜日～金曜日9時～17時、祝日等を除く。）

平成21年度 女性医師による女性のための健康相談のお知らせ

月経や性に関する悩み、更年期障害など女性特有の症状やストレスからくる心身の不調など、女性の心や体の悩み、不安についての相談です。

ご本人の相談だけでなく、思春期のお子さんのことについて、保護者の方の相談もお受けしています。ぜひご利用ください。

1 日 時 奇数月；第 4 木曜日午後，偶数月；第 4 火曜日午前（7月のみ第 5 木曜日）

平成21年 7月30日（木）	平成21年 8月25日（火）
9月24日（木）	10月27日（火）
11月26日（木）	12月22日（火）
平成22年 1月28日（木）	平成22年 2月23日（火）
3月25日（木）	—

- 2 場 所 香取健康福祉センター（香取保健所）
 3 相談担当者 女性医師・保健師・栄養士等
 4 申し込み 予約制による面接ですので、下記まで予約をお願いします。



香取健康福祉センター（香取保健所）地域保健福祉課内
 相談専用電話 0 4 7 8 - 5 2 - 9 1 5 7

献 血 の お 願 い

献血から造られる輸血用血液や血液製剤は、現在の医療を支えるために、必須なものとなっており、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となっています。

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。

皆さん一人ひとりのご理解をいただき、献血にご協力いただきますようお願いいたします。



平成20年度献血推進啓発作品

千葉県健康福祉部長賞

鈴木 遥香さん

香取市立小見川中学校



※ 献血会場は当センターホームページでご覧いただけます。

<問い合わせ先：総務企画課>

新型インフルエンザについて

新型インフルエンザに関するご質問等は、香取健康福祉センターにお問い合わせください。
 なお、香取健康福祉センターや千葉県のホームページでも、詳しい情報をご覧になれます。

香取健康福祉センターホームページのアドレス <http://www.pref.chiba.lg.jp/hokenjo/katori/>

平成 21 年度 相談・検査のご案内

区 分	実 施 日	受付時間・方法	問い合わせ先
未 熟 児 等 健 康 相 談	偶数月 (月 1 回)	予約制	地域保健福祉課
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 7 月のみ第 5 木曜日	予約制	
精 神 保 健 福 祉 相 談	月 2 ～ 3 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 (※ただし、 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 ～ 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21年9月30日です。

継続して受給を希望される場合は、平成21年
6月1日から9月30日までの間(土・日・祝日を
除く。)に継続申請の手続きが必要です。

※ 平成21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。

○ 必要書類や申請方法等、ご不明な点がありま
したらお問い合わせください。

<問い合わせ先：地域保健福祉課>



(香取健康福祉センター案内図)