

香取健康福祉センター (香取保健所)

第 40 号

健康らいふ

平成29年 (2017年)
2 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29年1月1日現在)
〒287-0001 千葉県香取市佐原口2127 人 口 110,722人 世帯数 39,468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/kf-katori/index.html>)

腸管出血性大腸菌O157による 食中毒が家庭でも発生しています!

腸管出血性大腸菌O157とは?

人や動物の腸管内に生息する大腸菌のうち、人に下痢などを引き起こしたりするものを、病原性大腸菌と言いますが、そのうち「ベロ毒素」という毒素を産生して血便などを引き起こすものが、腸管出血性大腸菌と呼ばれています。その代表格がO157です。

O157で汚染された水や食物などを介して人の口に入ることによって感染します。特に原因となるのは肉の生食や加熱不足です。加熱せずに食べる食品が、生肉と接触することでO157に汚染され、それが食中毒の原因となることもあります。



肉は中心部まで75℃1分以上加熱しましょう。

O157は75℃1分以上の加熱で死滅します。

挽肉料理などは特に中心部までしっかり加熱し、中心部の色がピンク色から白く変わるか、竹串などを刺して透明な汁が出てくるかを確認しましょう。

<加熱温度・時間>

◎157

数字を逆さに読んで

75℃1分以上加熱

生肉に触れたら洗浄、消毒しましょう。

動物や生肉を触った後の手は石けんでよく洗いましょう。

また、まな板や包丁などの調理器具は肉用、野菜用など用途別に使い分けて、

使用後は熱湯や台所用漂白剤 (次亜塩素酸ナトリウム) で消毒して、よく乾かしましょう。



井戸水は飲用に適するか定期的に検査を受けましょう。

O157に汚染された井戸水による食中毒が過去に起きています。

井戸水は飲用に適するか定期的に検査を受けましょう。

(大腸菌が検出される場合は滅菌機を設置して消毒する必要があります。)



<問合せ先：健康生活支援課>

あなたも骨髄バンクに登録しませんか？

私たちの血液は、骨の中にある骨髄で造られており、この骨髄に異常が起きると、再生不良性貧血や白血病などの血液の病気になります。こうした病気は、骨髄・末梢血幹細胞の移植で治療することができます。

毎年、日本では新たに約1万人の方が、白血病などの血液疾患を発症しており、うち2000人以上が骨髄バンクによる骨髄・末梢血幹細胞移植を必要としています。しかし、ドナー（骨髄提供者）と患者さんの白血球の型が一致しなければ、移植ができないため、治療を受けられない患者さんが多くいます。

一人でも多くの命を救うためには、一人でも多くのドナー登録が必要です。

骨髄バンクへのドナー登録に御協力をお願いします！



かかりつけ薬局を選びましょう！

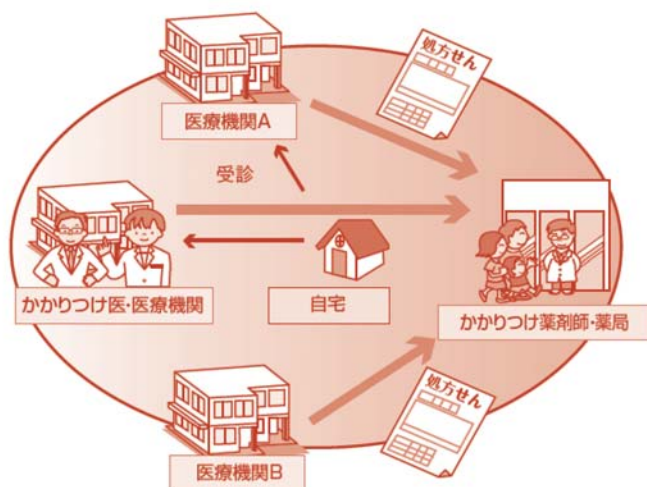
病院や診療所で処方箋を出された場合、どこの薬局でも薬を調剤してもらえます。そんな時に、いつも利用する薬局をかかりつけ薬局として1箇所選んでおくと、様々なメリットがあります。

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。



千葉県マスコットキャラクター
チーバくん



○薬の飲み忘れ、飲み残しがないように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。

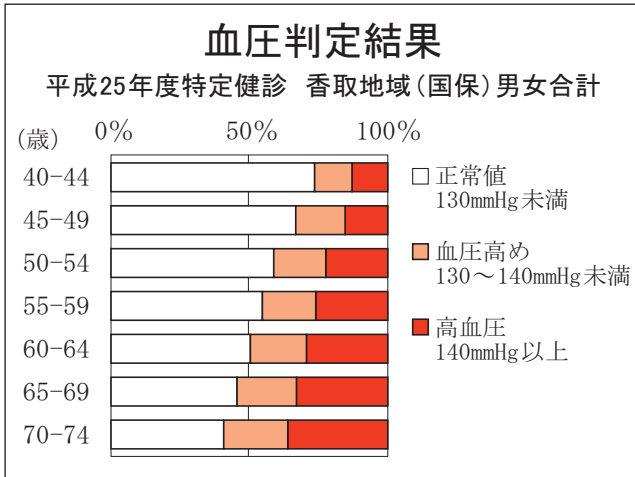
身近な薬局を「かかりつけ薬局」として活用しましょう！

＜問合せ先：総務企画課＞

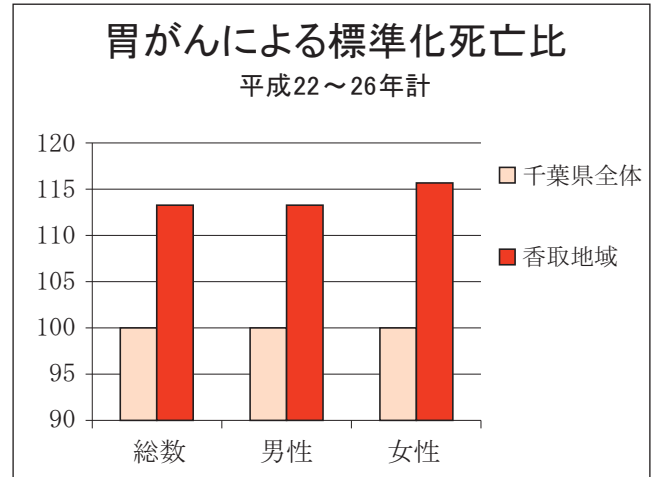
香取地域・職域連携推進協議会からのお知らせ

地域の健康に課題あり!?

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。



血圧高めの方が50代から増加し、60代以上では過半数が「血圧高め」「高血圧」です。



がん死亡の中でも、胃がんによる死亡が千葉県全体に比べて多い状況です。

がんや生活習慣病には、若いうちからの生活習慣（食事や運動）による予防や定期的な検査による早期発見が有効です。

ちょっと気になった
今がチャンス!

保健サービスの情報掲載!!

千葉県香取健康福祉センターのホームページから、管内市町（香取市・神崎町・多古町・東庄町）の下記保健サービス情報を確認することができます。

- 検診(健診)のお知らせ
- 健康相談のお知らせ
- 運動施設の情報 など

パソコン、スマートフォンから

QRコードはこちら



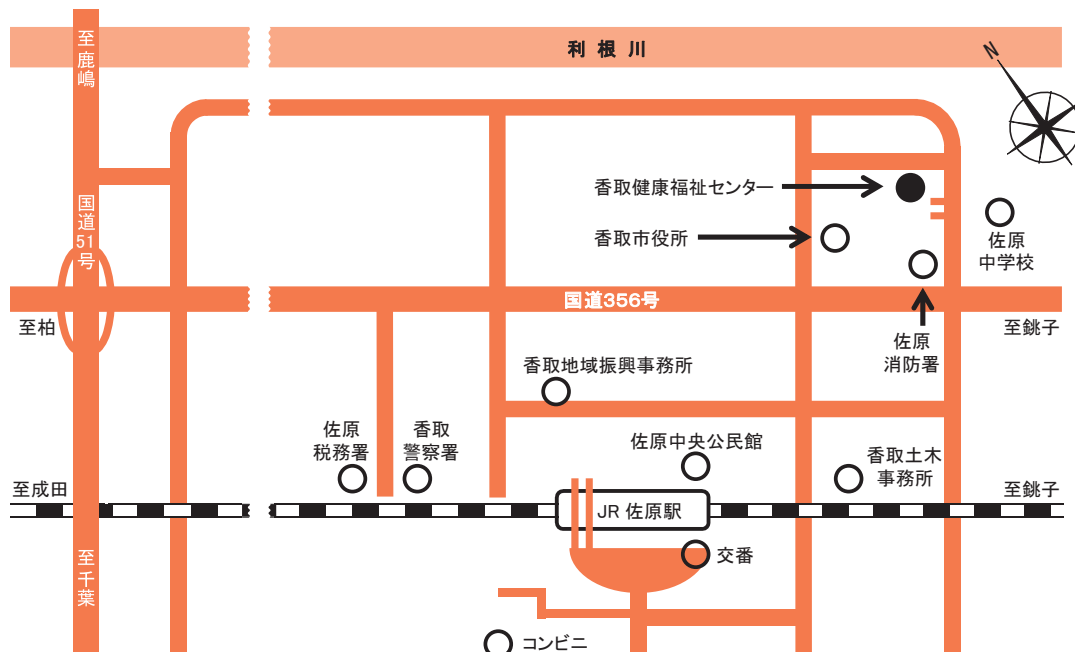
香取地域・職域連携推進協議会(行政、職域、医療等の関係者で構成しています)

<問合せ先：地域保健福祉課>

平成28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

香取健康福祉センター(香取保健所) 案内図



香取健康福祉センター(香取保健所)

電話:0478-52-9161