

X 資料編

1 君津保健所管内 保健・介護サービス施設

(令和2年4月1日現在)

(1) 市町村保健センター

施設の名称	郵便番号	所在地	電話番号
木更津市保健相談センター	292-0055	木更津市朝日3-10-19	0438-23-1300
健康増進センター (いきいき館)	292-0838	木更津市潮浜3-1	0438-36-2511
木更津市老人福祉センター	292-0025	木更津市十日市場826	0438-98-6651
君津市保健福祉センター	299-1152	君津市久保3-1-1	0439-57-2230
富津市保健センター	293-8506	富津市下飯野2443	0439-80-1268
袖ヶ浦市保健センター	299-0292	袖ヶ浦市坂戸市場1-1	0438-62-3172

(2) 介護サービス施設

施設の種類	施設の名称	郵便番号	所在地	電話番号
介護老人保健施設	ケアセンター きさらづ	292-0054	木更津市長須賀1239	0438-22-5544
	メディケアー さざなみ	292-0008	木更津市中島2366-1	0438-40-1605
	かもめメディ カルケアセン ター	292-0036	木更津市菅生689	0438-97-3311
	望星さつき苑	292-0805	木更津市大和1-4-18	0438-97-5271
	きゃらの樹ケ アセンター	292-0503	君津市広岡375-3	0439-50-7333
	メディケアー 君津	299-1134	君津市八幡62-1	0439-50-3111
	ケアセンター さきくさ	293-0012	富津市青木1641	0439-87-0126
	わかくさ	293-0041	富津市上335-1	0439-80-5678
	メディケアー やまゆり	299-0263	袖ヶ浦市奈良輪730	0438-62-1605
	カトレアンホ ーム	299-0243	袖ヶ浦市蔵波2713-1	0438-63-1021

指定介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	波岡の家	292-0815	木更津市大久保 761-2	0438-36-4193
	中郷記念館	292-0026	木更津市井尻 951	0438-97-2721
	木更津南清苑	292-0035	木更津市中尾 623-1	0438-30-9611
	木更津南清苑 式号館			
	さつき園	292-0054	木更津市長須賀 1219	0438-23-2555
	矢那梅の香園	292-0812	木更津市矢那 3731-2	0438-52-3222
	かもめの森	292-0034	木更津市伊豆島 671	0438-97-1811
	しおかぜ南	292-0061	木更津市岩根 2-2-2	0438-53-8705
	しおかぜ			0438-53-7150
	さざなみ苑	292-0008	木更津市中島 2357-1	0438-41-7294
	請西苑	292-0801	木更津市請西 1377-2	0438-53-7456
	いわね潮の香園	292-0003	木更津市万石 146-1	0438-53-8417
	上総園	292-0503	君津市広岡 375	0439-50-7211
	山の手フラワーヒル	299-1123	君津市大山野 875	0439-55-8601
	ウイステリア八重原	299-1171	君津市八重原 172-275	0439-50-0085
	夢の郷	299-1135	君津市杉谷 3-1	0439-50-3301
	つばさ	299-1133	君津市貞元 510	0439-55-2222
	あんしん君津	292-0445	君津市愛宕 162-1	0439-27-0023
	やすらぎの里・尾車	299-1113	君津市尾車 619-1	0439-70-1212
	望みの門紫苑荘	293-0021	富津市富津 617-14	0439-87-5077
	つつじ苑	293-0005	富津市上飯野 1426-3	0439-87-6101
	金谷の里	299-1861	富津市金谷 1912-2	0439-69-8400
	やまぶき苑	299-1742	富津市豊岡 1768	0439-80-8220

指定介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	望みの門富士見の里	299-1607	富津市湊 701	0439-70-6500
	サテライト特養やまぶき苑	299-1742	富津市豊岡 1434-1	0439-80-8777
	玄々堂亀田の郷	293-0057	富津市亀田 445-1	0439-27-0850
	サニーヒル	299-0242	袖ヶ浦市久保田 857-9	0438-63-0032
	袖ヶ浦菜の花苑	299-0257	袖ヶ浦市神納 4181-20	0438-62-6151
	袖ヶ浦瑞穂特別養護老人ホーム	299-0211	袖ヶ浦市野里 1452-4	0438-60-5566
	蔵波	299-0243	袖ヶ浦市蔵波 3037-1	0438-38-5551
	和心苑	299-0257	袖ヶ浦市神納 2840-1	0438-64-1351
	みどりの丘	299-0231	袖ヶ浦市下泉 1424-3	0438-75-8700
	みどりの樹	299-0231	袖ヶ浦市下泉 1426	0438-38-5600
訪問看護ステーション	医療法人社団史祥会房総メディカル第2クリニック訪問看護ステーション	292-0065	木更津市吾妻 243-1	0438-38-6777
	松清医院訪問看護ステーション	292-0042	木更津市清見台南 1-7-18	0438-38-5108
	リビングサポート木更津訪問看護ステーション	292-0043	木更津市東太田 4-20-59	0438-38-3602
	かもめ訪問看護ステーション	292-0036	木更津市菅生 689	0438-97-3371
	訪問看護ステーションロフ	292-0805	木更津市大和 2-12-10	0438-53-8942
	訪問看護ステーションパープル	292-0825	木更津市畑南 2-30-15	0438-38-3155
	ナースステーション金木犀	292-0057	木更津市東中央 2-10-14 タマビルⅡ	0438-25-3030
	まり訪問看護ステーション	292-0827	木更津市港南台 4-21-12	0438-38-6620
	訪問看護ステーションきづな	292-0063	木更津市江川 523-2	0438-53-8747
	すまいるリハ訪問看護ステーション	292-0802	木更津市真舟 5-2-3	0438-38-6514

訪問看護ステーション	セントケア訪問看護ステーション木更津	292-0803	木更津市幸町 2-1-6	0438-30-1033
	メディケア君津訪問看護ステーション	299-1134	君津市八幡 62-1	0439-50-3111
	君津訪問看護ステーション	299-1144	君津市東坂田 4-8-19	0439-55-3006
	つばさ訪問看護ステーション	299-1133	君津市貞元 510	0439-55-2222
	訪問看護ステーション「わたしたちの生きる証」	299-1611	富津市長崎 274	0439-32-1758
	ベストケア訪問看護ステーション	293-0001	富津市大堀 1-8-14	0439-29-7678
	訪問看護ステーションわくわく	293-0001	富津市大堀 2-9-21	0439-65-1187
	望みの門訪問看護ステーション	293-0021	富津市富津 617-14	0439-87-6611
	さつき台訪問看護ステーション	299-0246	袖ヶ浦市長浦駅前 4-2-1	0438-64-1056

2 学会・研究会における発表

発表演題名	発表者		発表		
	職	氏名	年月日	場所	学会等の名称
台風15号被災におけるDPAT活動について～行政の立場から～	精神保健福祉相談員	余田悠介	R2.1.28	千葉市文化センター	令和元年度(第58回)千葉県公衆衛生学会
君津健康福祉センターにおける思春期保健事業の今後の展開	主任保健師	又吉麻美	R2.3.3	千葉県教育会館	令和元年度千葉県保健活動業務研究発表会

※令和2年3月3日の千葉県保健活動業務研究発表会は新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催中止

3 表彰関係一覧表

表彰区分	氏名・名称	業種等	表彰年月日	大会名等
千葉県知事表彰 (社会福祉事業 功労者)	浪久桂子	民生委員	R1. 11. 14	第 69 回千葉県社会福祉大会
〃	戸波宏幸	社会福祉 施設職員	〃	〃
〃	在原礼子	〃	〃	〃
千葉県知事感謝 状(薬事功労 者)	柳井明良	薬剤師	R1. 10. 20	第 50 回薬と健康の週間ちば 県民のつどい
厚生労働大臣表 彰(地区組織)	君津市 食生活改善 協議会	食生活改 善協議会	R1. 11. 5	令和元年度全国食生活改善 大会 全国食生活改善推進員協議 会 50 周年記念大会
君津保健所長表 彰(健康増進実 践活動功労者)	影山キヨ子	食生活改 善推進員	R1. 5. 15	令和元年度君津保健所管内 食生活改善協議会総会
〃	中川由紀子	食生活改 善推進員	〃	〃
〃 (優良栄養士)	榎本純子	管理栄養士	R1. 5. 24	令和元年度君津保健所管内 栄養士協議会総会
〃	木内多佳子	管理栄養士	〃	〃

いきいきらいふ

君津健康福祉センター（君津保健所）だより 第44号 令和元年9月

たばこのルールが変わります～マナーからルールへ～

2018年7月に健康増進法の一部を改正する法律が成立し、2020年4月1日より全面施行されます。改正法により、望まない受動喫煙を防止するため、多くの方が利用する施設の区分に応じ、原則敷地内禁煙又は原則屋内禁煙が義務付けられることになりました。但し、例外として喫煙可能な場所を設けることができます。概要は以下を御覧ください。改正法を正しく理解し、望まない受動喫煙をなくしましょう。

●学校、病院、児童福祉施設、行政機関等（第一種施設） <2019年7月1日より>

●原則敷地内禁煙 ○ポイント：受動喫煙による健康影響が大きい子どもや患者等に特に配慮

●屋外で受動喫煙を防止するために必要な措置が取られた場合に、特定屋外喫煙場所の設置は可能

●事業所、ホテル・旅館、美容室、飲食店等（第二種施設） <2020年4月1日より>

●個人の自宅やホテル等の客室など、人の居住の用に供する場合は適用除外

●原則屋内禁煙（喫煙を認める場合は喫煙専用室などの設置が必要）

喫煙判断により選択

屋内禁煙 or 屋外喫煙専用室設置 (喫煙専用室) or 加納式たばこ専用の喫煙専用室 (喫煙専用室)

○喫煙可能な場所である旨を標示することにより、店内で喫煙可能

※全ての施設で、喫煙可能部分には、
① 喫煙可能な場所である旨の標示を義務づけ
② 客・従業員ともに20歳未満は立ち入れない
③ 客・従業員ともに20歳未満の立ち入りは可能。
(未成年者喫煙禁止法第10条第1項第2号)

※詳細は、厚生労働省ホームページ「<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000489407.pdf>」で御確認ください。

君津地域・福祉推進協議会より

君津健康福祉センターでは、君津地域・福祉推進協議会を設置し、地域や職種の関係機関の皆さんとともにたばこ対策に取り組んでいます。

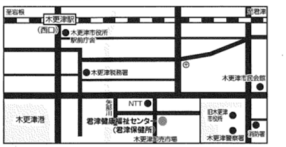
○管内の健康意識
●喫煙率が低い（平成29年度 管内13.8% 千葉県12.8%）
（出身：特定難症・特定保健指導に係るアンケート調査、評価・分析事業（千葉県健康づくり支援課））
○肺がん及び心疾患の罹患率に比べて高い（肺がん109.5、心疾患108.9）（2016年～2012年）
○千葉県を基準とすると、君津地域での喫煙率が高い水準、喫煙率の高い年齢層の人口に偏り、その地域の死亡リスクを高め、喫煙した死亡数と、この期待数との比に100を乗じた値。当該地域の死亡が標準地域（千葉県全体）より大きければ、100より大きくなり、小さければ100より小さくなる。
（出身：ちば県健康増進センターホームページ「<https://www.kanagawa-ken.jp/health/>」）
○君津健康福祉センターホームページに掲載中の情報
●管内の禁煙治療に保険が使える医療機関一覧………検索 君津健康福祉センター 禁煙外来
●受動喫煙防止対策協力施設一覧………検索 君津健康福祉センター 受動喫煙防止

健康相談及び検査の日程

内容	受付日	時間	担当課	備考
思春期相談	第2水曜日	午前 9:30～11:30	地域保健課	<予約制>
不妊相談	偶数月 4月・8月・12月 (第3木曜日) 6月・10月・2月 (第1火曜日)	午前 2:00～4:00	地域保健課	<予約制>
		午後 2:00～4:00	地域保健課	<予約制>
心の健康相談	第1水曜日	午後 2:00～4:00	地域保健課	<予約制>
心臓健康相談	第4火曜日	午後 1:00～3:00	地域保健課	<予約制>
断酒学級	第1火曜日	午後 2:00～4:00	地域保健課	<予約制>
結核接触者健診 結核管理健診	原則として第3火曜日	午後 0:45～1:15	疾病対策課	<通知制>
腸内細菌検査(検便)	毎週火曜日 (火、水、木曜日のいずれかが 祝日のときは実施なし)	午前 9:00～11:00	検査課	
HIV・性感染症・ 肝炎検査	昼間 第1・第3水曜日	午後 1:00～2:00	疾病対策課	<予約制>
夜間	第3水曜日	午後 5:30～6:30	疾病対策課	<予約制>
骨髄バンクドナー登録受付	第3水曜日(原則)	午前 10:00～10:30	疾病対策課	<予約制>
〇V相談 (ドメスティックバイオレンス)	電話相談：月～金(祝日を除く) 面談相談：毎週木曜日<予約制>	午前 9:00～午後 5:00 午前 9:00～午後 5:00	地域福祉課	[専用電話] 0438-22-3411
障害のある人への差別に関する相談	月～金曜日(祝日を除く)	午前 9:00～午後 5:00	地域福祉課	[専用電話] 0438-23-6603

君津健康福祉センター案内図

JR内房線 木更津駅西口(みなと口)から徒歩約18分
木更津駅西口からソニー木更津行バスに乗り
「NTT木更津」で下車徒歩2分です。



「いきいきらいふ 第44号」
発行 千葉県君津健康福祉センター(君津保健所)
〒292-0832 木更津市新田3-4-34 電話 0438-22-3743 FAX 0438-25-4587
ホームページアドレス <https://www.pref.chiba.lg.jp/kf-kimitsu/iyori.html>

ご愛読ありがとうございます
いきいきらいふ(君津健康福祉センターだより)は令和元年9月号をもちまして発行を終了いたします。
平成9年7月発行から、長年にわたり、いきいきらいふ作成において、御協力・御愛読いただき、誠にありがとうございました。

カンピロバクター食中毒

カンピロバクターとは?
食中毒を起こす病原菌で、主に牛、豚、羊、鶏、犬、猫など動物の消化管内に生息しています。

食中毒の原因は?
生、又は生に近い肉や加熱不十分の鶏肉を喫食することで発症することが多いです。その他に、牛乳パーの生食や井水などが原因となり発症した例もあります。また、鶏肉などに付着していた菌が調理器具や手指を介して二次汚染を起こした例もあります。

症状は?
腹痛、下痢、発熱、頭痛、倦怠感などの症状が起ります。最近では、半ラン・バレー症候群(※)との関連性が疑われています。
(※) 筋肉が動かす運動神経が阻害され、手足のしびれや顔面痙攣、歩行困難などが起こる病気

対策は?
生肉は十分に加熱してください。(中心部を75度以上で、1分以上加熱)十分な手洗いと調理器具の使い分けなどを行い、二次汚染防止に努めてください。

新鮮だった生で食べても大丈夫?
鶏肉に菌が付着していれば、鮮度の良い生食にかかわらず、食中毒を起こす可能性があります。

冷凍したら大丈夫?
冷凍した鶏肉からもカンピロバクターが検出されていることから、冷凍しても完全に死ぬことはないと言えます。

長引く咳は要注意！結核かも！

●高齢者の結核が増えています
近年、結核が国民病として日本で流行していた時代に感染した方が、高齢となり免疫が低下することで発病するケースが増えています。

●高齢者の結核
高齢者の結核は、咳や痰の症状がないこともあり、食欲低下やなんとなく元気がないなどの症状にも注意が必要です。発見の遅れにより1人で日常生活を送れなくなってしまうケースもあり、高齢者は特に早期発見が重要となります。

●早期発見のためには…
○定期的に健康診断を受けましょう。
結核の早期発見のためには、胸部X線検査が有効です。年に1回の健康診断を忘れずに受診するようお願いいたします。要精密検査となった場合は放置せずに、再度検査を受けることも大切です。

●高齢者の結核チェックリスト
□ 2週間以上続く咳、痰などの呼吸器症状 □ 胸が痛い
□ なんとなく元気や活気がない、体がだるい □ 食欲がない、体重減少
□ 発熱、痰が多い

気になる症状がある時は、早めに医療機関(呼吸器・内科)を受診しましょう。

食品を選ぶ時は、栄養成分表示を活用し、健康維持・増進に生かしましょう。

平成27年4月1日から、容器包装に入れられた一般加工食品と添加物は、栄養成分表示が義務化されました。

食品表示法の施行

栄養成分表示を義務化
表示が義務付けられた5つの項目
健康の維持・増進
必要な栄養素を過不足なく摂取

※経過措置期間は令和2年3月31日まで、経過措置期間中は、旧制度による表示も認められます。

栄養成分表示の活用方法

●肥満ややせの予防のため、食品のエネルギー値と体重をチェック!
生活習慣病予防や虚勢予防のために、適正体重を維持します
□ 食品のもつエネルギーを確認して、選ぶ
□ 自分の体格(BMI)を知り、体重の変化を確認する

●たんばく質、脂質、炭水化物の量を見て、食事の質をチェック!
生活習慣病予防のために、たんばく質、脂質、炭水化物をバランスよくとります
□ 栄養的な特徴の違う食品を組み合わせて、選ぶ
高たんばく質!!

●高血圧予防のため、食塩相当量をチェック!
減塩は、高血圧の予防や管理に効果があります
□ ふだんよく食べる食品からの食塩摂取量を減らす
□ 調味料からの食塩摂取量を減らす
塩分40%カット

(消費者庁作成「栄養成分表示を活用しよう①」
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/health_promotion/pdf/health_promotion_180402_0001.pdfを加工して作成)

【DV(夫婦やパートナー間の暴力)で悩んでいませんか?】

●被害の深刻化を防ぐためには、早期の対応が必要です。
●最近では、恋人や交際相手からの暴力「デートDV」が、若者の間で増えています。
「DV」には様々な暴力の形態があります。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

○身体的暴力 ○精神的暴力 ○経済的暴力
○性的暴力 ○子どもを巻き込んだ暴力

※お問い合わせ先等は4ページ(DV相談)をご覧ください。

<千葉県君津健康福祉センター（君津保健所）案内>

所在地 郵便番号：292-0832

住所：千葉県木更津市新田3-4-34

電話：0438-22-3743

ファックス：0438-25-4587

ホームページアドレス：<http://www.pref.chiba.lg.jp/kf-kimitsu/index.html>

メールアドレス：kimi_3743@mz.pref.chiba.lg.jp

交通 JR内房線木更津駅 徒歩約18分

