

保健衛生情報

平成30年
3月2日発行号

地域のみなさんの健康と暮らしに役立つ情報紙

【ご案内】保健衛生情報は、南部健康福祉事務所(草津保健所)ホームページに掲載しています。

⇒ <http://www.pref.shiga.lg.jp/e/k-hwc/index.html>

毎年3月1日～8日は

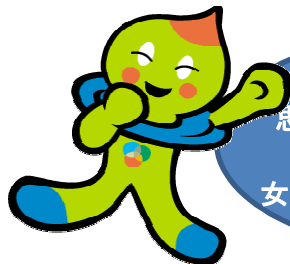
女性の健康週間

子宮頸がんや乳がんの早期発見のために**がん検診**を受けましょう。

妊娠中の喫煙は厳禁！

早産や流産のリスクが高くなります。また、おなかの赤ちゃんの成長をさまたげます。

女性の健康の知りたいに答えるサイトができました 気になるワードをスマホ、パソコンでカンタン検索



妊娠・出産のいろいろ
思春期によくあるトラブル
病気のセルフチェック
女子カアップレシピア情報満載

女性の健康推進室
ヘルスケアラボ



<http://w-health.jp>

女性の健康推進室ヘルスケアラボは、公益社団法人日本産婦人科学会協力の下、厚生労働科学研究費補助金事業で作成されました。

3月24日は世界結核デー

～細菌学者のロベルト・コッホが結核菌の発見を発表した日です～

長引く咳は赤信号!!

かつては「国民病」「亡国病」と恐れられた結核。
50年前までは死亡原因の第1位でした。

現在では医療や生活水準の向上により薬を飲めば完治できる時代になりましたが、
今でも**1日に50人の新しい患者が発生し、5人が命を落としている日本の重大な感染症**です。

「咳が2週間以上続く」「タンが出る」「急に体重が減る」「体がだるい」「お年寄りが急に弱ってくる」などがある場合は、早めに医療機関へ相談しましょう。

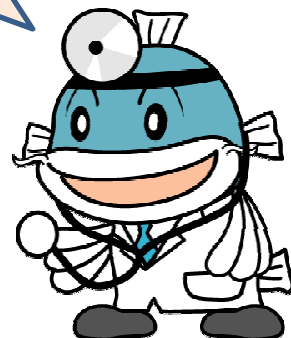
●日本の結核の現状 (2016年 H28)

<発病者> 新たに 17,625人/年

※1日に 約50人

<死亡者> 1,889人/年

※1日に 約5人



カンピロバクターによる食中毒が多発！

～平成29年度、滋賀県内で4件もカンピロバクター食中毒が発生しました～

鶏肉の刺身、たたきなどの鶏肉の生食や加熱不足の鶏肉を食べたことが原因です。

滋賀県では、飲食店・食肉販売店に、未加熱または加熱不十分の鶏肉（鶏刺し、鶏たたき等）を提供しないよう、指導しています！

鶏肉の生食はやめましょう！



写真は、沸騰水中で120秒加熱した鶏肉です。
120秒の加熱でも、中心部まで十分に加熱されず、カンピロバクターが検出されました。（草津保健所での実験による）

インターネットの普及に伴い、薬物乱用問題はより身近になっています。たとえ1回でも脳はすべて記録してしまいます。

大切な自分を守るために、甘い言葉に惑わされないように、正しい知識を持ち、誘われてもハッキリと断る勇気を持ちましょう！！

違法薬物、ダメ、ゼッタイ。

手遅れになる前に、相談を！

薬物について相談できる窓口があります。

滋賀県立精神保健福祉センター ☎077-567-5010

保健所や警察署でも相談できます。



(公財) 草津・足利・瀬田地区保健福祉センター

編集
後記

今月号でご紹介しました『ヘルスケアラボ』には、美容にもいいと言われる「きな粉バナナスムージー」のレシピがありました。朝食に作ってみたいなと思っています。思春期の性と健康についても項目があり、なかなか話がしづらいですが、我が家の思春期の子どもたちとの会話のきっかけにしてみようかなと思っています。

草津保健所では、梅毒・HIV・肝炎ウイルス検査を無料で原則水曜日の13:15～15:15(要予約)に実施しています。ご予約・お問い合わせは、草津保健所地域保健福祉係(077-562-3534)まで。