

今年度の保存版として、事業所や地域で活用できる健康づくりに関する社会資源情報をまとめました。ご活用いただけると幸いです。

目次

◇たばこ

- 禁煙外来一覧…P.1
- ニコチン依存症テスト…P.2
- 禁煙支援薬剤師…P.2

◇歯

- 各市での歯周病検診…P.3
- 事業所での歯科健診…P.3
- 事業所での出前講演…P.4

◇こころ

- ゲートキーパー養成講座…P.6

◇骨粗しょう症

- 甲賀市の骨検査…P.7

◇ピロリ菌

- 甲賀市のピロリ菌検査…P.8

◇がん

- 各市のがん検診…P.9

◇事業所への出張無料支援

- 甲賀市メニュー…P.10
- 湖南市メニュー…P.11
- 滋賀産業保健総合支援センター…P.13

◇健康を支えてくれる地域の機関

- 健康サポート薬局・かかりつけ薬局、薬剤師…P.15
- 滋賀産業保健総合支援センター…P.16
- 近江八幡地域産業保健センター…P.17

◇プレコンセプションケア、不妊治療と仕事の両立

- 企業向け出前講座…P.18

◇特定感染症（性感染症）

- 相談、検査…P.21

◇小児の夜間・休日救急

- 電話相談、Webサイト、全国版救急受診アプリ…P.23

◇認知症

- 企業向け出前講座…P.25

◇おすすめレシピ…P.27



しがの健康づくりキャラクター
しがのハグ&クミ

甲賀圏域の禁煙外来一覧

禁煙治療として健康保険が使える医療機関があります。治療対象は下記のとおりです。

ただし、ファイザー社の禁煙補助薬「チャンピックス錠」の出荷状況等により、禁煙外来を一時休止としている医療機関があります。各医療施設にお問い合わせください。

【禁煙治療対象者】

- ①ニコチン依存症に係るスクリーニングテストでニコチン依存症と診断された方（10点中5点以上）
- ②35歳以上の者については、ブリンクマン指数（＝1日の喫煙本数×喫煙年数）が、200以上である方
- ③ただちに禁煙することを希望している方であって、「禁煙治療のための標準手順書」に則った禁煙治療について説明を受け、当該治療を受けることを文書により同意された方

医療機関	所在地	電話番号
医療法人深井クリニック	甲賀市水口町伴中山3802	0748-65-4100
医療法人社団平川クリニック	甲賀市水口町東名坂184-2	0748-63-6373
医療法人社団仁生会 甲南病院	甲賀市甲南町葛木958	0748-86-3131
甲賀市立 信楽中央病院	甲賀市信楽町長野473	0748-82-0249
木村医院	甲賀市水口町虫生野1015-9	0748-62-2143
浅田クリニック	甲賀市水口町東名坂226-1	0748-69-7755
つばさクリニック	甲賀市水口町綾野3-33	0748-63-7766
医療法人 寺井医院	甲賀市甲南町希望ヶ丘本町6-857-81	0748-86-1112
公立甲賀病院	甲賀市水口町松尾1256	0748-62-0234
やまもと内科・外科クリニック	甲賀市水口町虫生野中央111	0748-62-9559
医療法人ますだ内科医院	甲賀市甲賀町滝2231-1	0748-88-2277
みなくちこどもクリニック	甲賀市水口町南林口47-2	0748-63-2100
医療法人田代クリニック	甲賀市水口町新城696	0748-63-0530
しが健康医療生活協同組合 医療生協こうせい駅前診療所	湖南市針337-1	0748-71-3222
医療法人社団 美松会 甲西中央クリニック	湖南市中央二丁目125	0748-71-3150
医療法人社団美松会 生田病院	湖南市菩提寺104-13	0748-74-8577

ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト



5項目以上当てはまる場合、ニコチン依存症と診断されます

- 1 自分が吸うつもりよりもずっと多くタバコを吸ってしまう事がありましたか。
- 2 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。
- 3 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。
- 4 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、次のどれかがありましたか。
(イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)
- 5 問4.の症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。
- 6 重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。
- 7 タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。
- 8 タバコのために自分に精神問題（禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状（いわゆる禁断症状）ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態）が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。
- 9 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。
- 10 タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか。

禁煙治療のための標準手順書第8.1版より

甲賀圏域の禁煙支援薬剤師一覧

禁煙してみたいけど…、病院を受診するのは時間がかかるし、費用も…。そんな時は、禁煙外来を受診する前に薬局に相談してみませんか？

滋賀県薬剤師会では、禁煙指導の意義を理解し禁煙支援・指導方法の正しい知識を持ち、喫煙者へ禁煙相談、禁煙プログラムを適切に提供できる薬剤師を認定しています。

薬局名	禁煙支援薬剤師	所在地	電話番号
甲賀市 ひまわり薬局 水口店	福井 郁子	甲賀市水口町西林口 440	0748-63-6781
下田薬局	江藤 良輔	湖南市下田1528	0748-75-8155
ティエス調剤薬局 湖南中央店	林 正人 渡邊 佳子	湖南市中央二丁目 119-5	0748-69-6530

一般社団法人滋賀県薬剤師会「禁煙支援薬剤師のいるお店」ホームページより R7.4.1現在

歯科健診（歯周病検診）



【甲賀市在住の方】

- * 対象者：30～70歳
- * 自己負担額：500円（70歳は無料）
- * 内容：歯科検診、パノラマレントゲン撮影、歯科相談
- * 実施場所：指定医療機関



歯科医院名	住所	電話番号
アップルデンタルクリニック	甲賀市水口町泉1405 ベシア甲賀店内	69-7441
いずみ歯科医院	甲賀市水口町北泉1丁目49	65-3363
木村歯科クリニック	甲賀市水口町城東4-8	63-0118
公立甲賀病院	甲賀市水口町松尾1256	65-1612 (健診センター)
さくら歯科	甲賀市水口町本線野566-1 アルブラザ水口2F	65-4617
谷歯科医院	甲賀市水口町古城が丘610-269	63-3377
富山歯科医院	甲賀市水口町東名坂78	63-5300
西田歯科クリニック	甲賀市水口町伴中山2545	62-2022
堀歯科医院	甲賀市水口町本町1丁目4-34	62-0155
MATSUDA DENTAL OFFICE	甲賀市水口町水口5996-1	63-0632
みね歯科・矯正歯科	甲賀市水口町約町97	63-2242
もんや歯科クリニック	甲賀市水口町東名坂276	65-3006
安井歯科医院水口診療所	甲賀市水口町北畠430	62-7650

歯科医院名	住所	電話番号
土山	桑名歯科クリニック	甲賀市土山町前野138-17 67-1135
	ひまわり歯科クリニック	甲賀市土山町北土山1491-2 66-1822
甲賀	えくぼ歯科	甲賀市甲賀町上野1202番地 88-6480
	榮歯科	甲賀市甲賀町田畑野932-3 88-8033
	西田歯科医院	甲賀市甲賀町大原中1072-9 88-4334
	安井歯科医院	甲賀市甲賀町大久保145 88-5522
甲南	いまむら歯科	甲賀市甲南町深川1430-5 86-6386
	木村歯科医院	甲賀市甲南町野田451 86-6755
	眞岡歯科医院	甲賀市甲南町寺庄1081 86-2010
	竹村歯科医院	甲賀市甲南町寺庄952 86-2145
信楽	飯田歯科医院	甲賀市信楽町長野454-6 82-8148
	大矢歯科医院	甲賀市信楽町長野1221-6 82-0713
	村木歯科医院	甲賀市信楽町長野632 82-2755

* 申し込み方法：指定歯科医療機関へ電話申込

* 受診できない方：歯の治療中の方

【湖南市在住の方】

- * 対象者：30歳,40歳,50歳,60歳の方
（7月頃ご自宅に受診券が郵送されます）
- * 自己負担額：500円
- * 内容：歯科健診、歯科相談
- * 実施場所：指定医療機関

医療機関名	所在地	電話番号
内貴歯科医院	石部中央	0748-77-2350
いしだ歯科	石部東	0748-77-8018
佐藤歯科医院	石部東	0748-77-4839
スマイル歯科	石部東	0748-77-2555
みねの歯科医院	石部南	0748-77-4722
坂本歯科	梅影町	0748-75-2888
芦田歯科医院	三雲	0748-72-0020
菩提寺歯科診療所	菩提寺	0748-74-2572
SIKIデンタルクリニック	岩根	0748-76-1182
室谷歯科医院	岩根	0748-75-3688

* 申し込み方法：指定歯科医療機関へ電話申込

* 受診できない方：歯科医院に通院中の方

* 受診期間：令和7年8月1日（金）～10月31日（金）

【事業所で歯科健診を実施したい場合】

* まずは、滋賀県歯科医師会（077-523-2787）へご相談ください。

歯周病と全身疾患の関係 出前講演 (歯周病予防講話の無料講師派遣)



歯周病は歯を失う原因となるばかりか、近年では、糖尿病や心臓疾患、骨粗鬆症などの様々な全身疾患と密接な関わりがあることも明らかにされています。

滋賀県歯科医師会では、歯科医師等が事業所に出向き、歯周病と全身疾患の関係についての出前講演を実施しています。

- ・ 講演は無料です。
- ・ パワーポイントを使ったスライド講演となりますので、プロジェクタ等のご準備をお願いします。
- ・ 講演時間は質疑応答を含めて、最長1時間までとさせていただきます。

【講演内容】

「歯周病と全身疾患の関係」

「歯周病予防に効果的な方法」

「肥満と歯周病の相互関係」

「歯周病が妊娠・出産に及ぼす悪影響」

「喫煙による歯周病の悪化」等

※演題は上記内容からご希望に応じて適宜アレンジします。

【実施期間】

令和7年6月～令和8年3月末（開催2か月前までに申し込み）

※講師都合により、開催日は原則として木曜日をお願いします。



滋賀県歯科医師会のホームページにて
歯周病と全身疾患の関係についての
啓発動画を視聴いただけます！





「歯周病と全身疾患の関係」出前講演 申込み書

年 月 日

一般社団法人滋賀県歯科医師会会長様

申 込 み 者	
住所	
団体名	印
担当者名	
TEL	
FAX	
【USB メモリスティック等の持込みについて】 〔 問題なし / 問題あり 〕 ＊貴団体の PC をお借りして講演を行う場合、講師が講演スライドデータを USB メモリスティック等で持参しますが、貴団体のネットワークセキュリティ等の関係で不都合がある場合は、上記「問題あり」に○を付けてください。（追ってデータ持込み方法をご相談させていただきます）	

講 演 内 容	
希望日時	第1候補： 年 月 日（木）
	第2候補： 年 月 日（木）
	午前・午後 時 分～ 時 分
講師都合により、原則として木曜日を候補にさせていただきますようお願いします	
開催場所	
対象者 (年代・性別・職種等)	
対象人数	約 名
特記事項 (特に希望する講演内容など)	

上記について申請します。

FAX 077-523-2788 までお送りください。

※お手数ですが、後日、押印したものを下記まで郵送お願いします。
〒520-0044 大津市京町4丁目3-28 滋賀県歯科医師会

出前講演の Web お申込みができるようになりました



ゲートキーパー養成講座

ゲートキーパーとは自殺の危険性に気づき、悩んでいる人に「気づき・傾聴・つながり・見守る役割」を担う人のことです。



地域や学校、企業などの集まりに、保健師等が出向き、
無料で研修会を行います。
“**こころの健康**”についてもお話します。

【甲賀市在住、お勤めの方】

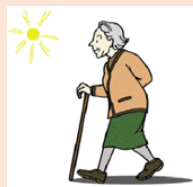
- * 10名以上の団体・グループが対象となります。
- * 年末年始を除き、午前9時から午後9時の間で90分程度とします。
- * 会場は申込者でご準備ください。
- * 希望される場合は甲賀市すこやか支援課（0748-69- 2168）へご連絡ください。

【湖南市在住、お勤めの方】

- * 開催日時の1か月前までに申し込みください。
- * 参加者5人以上で、日時はできるだけ平日昼間をお願いします。（60～90分）
- * 希望される場合は、必要事項（団体名、参加人数、2日分の希望日時、会場場所、担当者、電話番号）を湖南市保健センター（0748-72-4008）へご連絡ください。

骨粗しょう症について

- 骨粗しょう症とは、骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。
- 骨粗しょう症になっても、痛みはありません。しかし、転ぶなどのちょっとしたはずみで骨折しやすくなります。骨折が生じやすい部位は、せぼね、手首の骨、太ももの付け根の骨などです。
- 骨折が生じると、その部分が痛くなり動けなくなります。また、背中や腰が痛くなった後に、丸くなったり身長が縮んだりします。
- 圧倒的に女性、特に閉経後の女性に多くみられ、女性ホルモンの減少や老化と関わりが深いと考えられています。
- 予防として、「転ばないように注意する」「カルシウムを十分にとる」「ビタミンD、ビタミンK、リン、マグネシウムをとる」「適量のたんぱく質をとる」「禁煙し、アルコールは控えめにする」「運動、日光浴をする」などがあります。



公益社団法人日本整形外科学会ホームページより

【甲賀市在住の方は検診があります】

＊対象者：女性のみ

40歳,45歳,50歳,55歳,60歳,65歳,70歳の方

＊自己負担額：500円

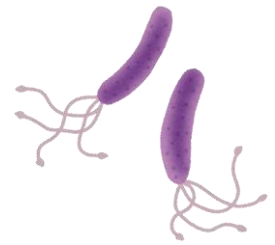
＊内容：問診、骨密度測定

＊実施場所：甲南病院、信楽中央病院、紫香楽病院、公立甲賀病院
(実施時期や曜日が病院により異なりますので、それぞれお問い合わせください。)

ピロリ菌について

- ピロリ菌は、胃の中に長年住み続けている細菌で、正式名称は「ヘリコバクター・ピロリ菌」といい、胃がんや胃潰瘍の原因になります。
- ピロリ菌に感染しても多くの人は自覚症状がありません。しかし、ピロリ菌感染が長期にわたると胃の機能が大きく低下し、胃液が十分に分泌されなくなり、症状が現れることがあります。
- 保険外ですが、ピロリ菌が胃にいるかどうかの検査もできます。胃カメラ検査等で慢性胃炎の所見のある方については、保険適用で検査ができる場合もあります。また、ピロリ菌が見つかった場合、お薬で除菌ができます。
- 早くに除菌して慢性胃炎を予防することで、胃がんの発症リスクが大きく減少します。

【甲賀市在住の方は検診があります】



* 対象者：40歳のみ

* 自己負担額：3,000円

* 内容：問診、血液検査

* 受診できない方：ピロリ菌の除菌（検査を含む）をしたことがある方、胃・十二指腸の病気で治療中の方、現在、消化器症状（胃痛、吐き気、嘔吐など）があり、胃や十二指腸の病気が強く疑われる方、胃切除をしたことがある方

* 実施場所：市内医療機関（25か所）

（市のホームページでご確認いただくか、甲賀市すこやか支援課
0748-69-2168 にお問い合わせください）

がん検診について



職場でがん検診が受けられる場合もありますが、受ける機会が無い方については各市で行うがん検診を受診することができます。ぜひ、対象年齢の方にご案内ください。

	胃がん検診 (バリウム)	胃がん検診 (内視鏡)	大腸がん検診
対象者	40歳以上の方*	50歳以上の方*	40歳以上の方
受診間隔	1年に1回*	2年に1回	1年に1回
追記事項	* 湖南市は50歳以上で 西暦偶数年生まれの人、 受診間隔は2年に1回	* 甲賀市は年度末年齢 が偶数の方 * 湖南市は50歳以上 69歳以下で西暦偶数 年生まれの人	—

	肺がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診
対象者	40歳以上の方	20歳以上の女性*	40歳以上の女性
受診間隔	1年に1回	2年に1回	2年に1回
追記事項	—	* 甲賀市は集団で受診す る場合は30歳以上 * 湖南市は西暦偶数年 生まれ	* 湖南市は西暦偶数年 生まれ

甲賀市・湖南市とも、医療機関で受けるがん検診と集団（バス等）で受けるがん検診があります。がんの種類によっても実施時期や方法および費用等が異なりますので、下記ホームページにより詳細をご確認ください。

甲賀市のがん検診情報

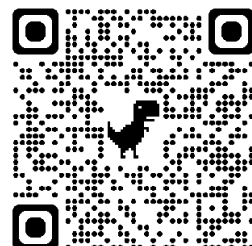
<https://www.city.koka.lg.jp/3850.htm>

掲載ホームページ



湖南市のがん検診情報

掲載ホームページ



甲賀市 事業所への出張無料出前講座

甲賀市において、保健師等の専門職が事業所に出向き、様々なメニューで健康づくりに関する出前講座を実施します！

【甲賀市内の事業所、在住の方メニュー】

- * 10名以上の団体・グループが対象となります。
- * 年末年始を除き、午前9時から午後9時の間で60分程度とします。
- * 会場は申込者でご準備ください。



A 健康づくりについて

健康診断結果の見方を説明したり、生活習慣病の予防や健康づくりのポイントなどについてお話をします。

申し込み先：甲賀市すこやか支援課（0748-69-2168）

B 認知症予防について

認知症および軽度認知障害（MCI）について正しく理解し、早めに気づくポイント、予防方法についてお話をします。

申し込み先：甲賀市長寿福祉課（0748-69-2175）

甲賀市まちづくり「出前講座」
掲載ホームページ



湖南省 事業所への出張無料健康講座

湖南省において、保健師等の専門職が事業所に出向き、様々なメニューで健康づくりに関する健康講座を実施します！

募集中

参加料 無料

私たちと健康づくりをしませんか？

保健師 健康講座

申し込み先 (湖南省保健センター：健康政策課)

☎ 0748-72-4008

希望日時の1か月前までに申し込みしてください。

A コース	B コース	C コース
身近な人のSOSに気づく心のサポーター研修 こころが疲れているひとに声をかける大切さを考えます。職場のメンタルヘルス研修に活用できます。	知らずに進む！糖尿病血糖値のしくみを知ろう 糖尿病リスク予測ツールを使いながら、なぜ血糖値が上がるのかを知り、糖尿病について考えましょう。	吸わない人も知っておきたい最新たばこ事情 吸っている人も吸っていない人も最近のたばこ事情や電子たばこの真実を知りましょう。

上記コース以外にも、①健康づくり（睡眠・歯・熱中症対策・感染症予防）、②生活習慣病予防（減塩・高脂血症・高血圧）などの講座もありますのでご相談ください。

健康講座申込書

FAX 送信票 (FAX:72-1481)

団体名: _____ 参加予定人数: _____

希望日時: 第1希望 _____ 月 _____ 日 () _____ 時から

_____ 第2希望 _____ 月 _____ 日 () _____ 時から

会場住所: _____

担当者名: _____

電話番号: _____

【お申込み先】

湖南省健康政策課(湖南省保健センター)

住所: 湖南省夏見588番地

電話: 0748-72-4008 FAX: 0748-72-1481

事業所への出張無料訪問支援

滋賀産業保健総合支援センターでは、無料で職場に専門家を派遣し、健康づくりのためのアドバイスや従業員教育を実施します！

健康保持増進のための 職場訪問支援サービスのご案内

工作中的「転倒災害」や「腰痛」等の労働災害防止に向けて
専門家を**無料**で派遣・アドバイスや従業員教育を実施します

無料支援サービスの内容

健康測定・チェック

- ・健康度や体力、姿勢の測定 ・バランス・ロコモ度チェック
- ・職場環境のチェック ・作業状況から見た転倒防止・腰痛予防対策

社内セミナーの実施や実技指導、運動アドバイスなど

- ・転倒防止のためのバランス運動 ・腰痛予防のための運動
- ・職場でできるストレッチ体操 ・メタボ改善に向けた運動指導等
- ・作業姿勢の改善や適切な作業管理、作業環境改善等

支援までの流れ



転倒や無理な動作が引き起こす腰痛による労働災害は年々増加する傾向にあります。この機会に職場での労働者の健康保持増進をすすめ転倒・腰痛災害を撲滅すると共に「ゼロ災害」の職場づくりを進めて行きましょう！

－まずは、下記連絡先までご相談ください！－



独立行政法人労働者健康安全機構
滋賀産業保健総合支援センター
<https://www.shigas.johas.go.jp> TEL077-510-0770

(R5.7.1)

健康保持増進のための職場訪問支援申込書

		年 月 日	
事業所名	労働者数		人
所在地			
	TEL	FAX	
担当者	部署名	氏 名	
	職 種	☐ 産業医 ☐ 産業看護職 ☐ 事業主 ☐ 人事・労務担当者 ☐ 衛生管理者 ☐ その他 ()	
	e-mail		
業 種	業務内容		
訪問希望日	事前打ち合わせ(事業場の健康課題の絞り込みについてのヒアリング)		
	第1希望日	令和 年 月 日()	時間帯 : ~ :
	第2希望日	令和 年 月 日()	時間帯 : ~ :
	実施支援(専門家が実際に事業場に訪問する実地の指導・セミナー)		
	第1希望日	令和 年 月 日()	時間帯 : ~ :
	第2希望日	令和 年 月 日()	時間帯 : ~ :
支援を希望する職場の健康課題(該当する項目の□にレを入れてください。)			
☐ 転倒災害が増加している ☐ 腰痛災害又は腰や膝などの痛みを訴える従業員が増加 ☐ 病院・社会福祉施設で働く労働者を対象とした腰痛予防、移動・移乗技術の改善 ☐ 転倒災害や腰痛災害を発生させない作業姿勢・作業環境・作業管理・健康管理等の改善 ☐ 中高年労働者又は着座時間が長い労働者等を中心とした運動機能の向上 ☐ メタボ従業員(生活習慣病・ハイリスク者)の増加 ☐ 睡眠不足を訴える従業員がいる / 増えている ☐ 作業動作のムダをなくし働きやすい職場環境を実現したい ☐ 身体活動・運動機会の増進や運動習慣の定着によって従業員の健康維持・増進を図りたい			
以上のほかに希望される支援の具体的内容がありましたら御記入下さい。			

申込先 FAX 077-510-0775 電話 077-510-0770

健康サポート薬局・かかりつけ薬局、薬剤師について



厚生労働省基準適合
健康サポート薬局

このマークの
ついている
薬局です

薬剤師は、身近な「健康アドバイザー」です！

厚生労働大臣が定める一定基準を満たしている薬局として、かかりつけ薬剤師・薬局の機能に加えて、**市販薬や健康食品に関することはもちろん、介護や食事・栄養摂取に関すること**まで気軽に相談できる薬局があります。

健康サポートに必要な専門知識を習得した薬剤師が相談に応じます

相談内容によって、医療機関での受診の提案や、必要に応じ他の関係機関をご紹介します

専門知識を持った薬剤師が、要指導医薬品や介護用品などの適切な商品選びのお手伝いをします

プライバシーに配慮した相談スペースを用意しています

健康相談に関するイベントを開催しています。誰でも参加できます

かかりつけ薬局、薬剤師を持ちましょう

薬を安全・安心に使用していただくため、処方薬や市販薬など、あなたが使用されている薬の情報を一元的に把握し、薬の重複や飲み合わせのほか、薬が効いているか、副作用がないかなどを継続的に確認します。

健康サポート薬局以外でも、地域の薬局では健康づくりを支援しています

詳しくは、滋賀県薬剤師会
ホームページを御確認ください



地域の薬局では、健診の結果票のアドバイスなども受けられます！

禁煙のサポートや
要介護者への在宅訪問
などもできます！



企業規模問わず
相談可能です

総合相談 滋賀産業保健総合支援センターについて

* 産業保健関係者からの専門的相談対応

産業保健に関する様々な問題について、産業医学、労働衛生工学、メンタルヘルス等の豊富な経験を持つ専門スタッフが、窓口、電話、メール等にて相談に応じ、解決方法を助言します。また、事業場内の具体的な状況に応じた専門的な支援が必要な場合には、事業場を訪問する実地相談を実施しています。

* ストレスチェックやメンタルヘルス対策の普及促進のための個別訪問支援

メンタル対策促進員が事業場に赴き、ストレスチェック制度の導入や職場のメンタルヘルス対策促進のための支援を行います。また、管理監督者を対象としたメンタルヘルス教育や若年者を対象としたセルフケア促進教育を実施します。

* 治療と仕事の両立支援

両立支援のための「企業内の体制づくり」「休暇制度、勤務制度等の整備」など職務環境整備や両立支援の進め方等について、個別訪問支援を通じて助言を行います。また、患者（労働者）や事業者からの申出に応じ、患者（労働者）に係る健康管理について事業場と患者（労働者）間の仕事と治療の両立に関する調整支援を行います。

* メールマガジンの登録

メールマガジンにご登録いただきますと、毎月の相談員出勤予定、研修のご案内等の情報が配信されます。

* デモンストレーション用機器の貸し出し

デモンストレーション用の測定機器（熱中症指標計、デジタル粉じん計、照度計など）の貸し出しを行っています。機器貸し出しは5点まで予約可能。貸出期間は1週間です。

独立行政法人労働者健康安全機構 滋賀産業保健総合支援センター
〒520-0047 大津市浜大津1-2-22 大津商中三楽ビル 8階
TEL : 077-510-0770 FAX : 077-510-0775
ホームページ : <https://www.shigas.johas.go.jp>

総合相談 近江八幡地域産業保健センターについて

* 労働者の健康管理に係る相談

労働安全衛生法に定められている健康診断で、脳・心臓疾患関係の主な検査項目（「血中脂質」「血压」「血糖」「尿糖」「心電図」）に異常所見があった労働者に対して、医師または保健師が日常生活での指導などを行います。メンタル不調を感じている労働者に対して、医師または保健師による相談・指導も行います。

* 健康診断の結果についての医師からの意見聴取

労働安全衛生法に定められている健康診断で、異常所見があった労働者に関して、その健康を保持するために必要な措置について医師から意見を聴くことができます。

* ストレスチェックに係る高ストレス者及び長時間労働者に対する面接指導

ストレスチェックにより高ストレスと判定された労働者や時間外労働が長時間に及ぶ労組者に対し、疲労の蓄積状況の確認など医師による面接指導を行います。

長時間労働者に対する面接指導（対象者から申し出があった場合）の実施は、労働安全衛生法により事業者には義務づけられています。

高ストレス者に対する面接指導（対象者から申し出があった場合）の実施は、労働者数50人未満の小規模事業場については努力義務とされています。



近江八幡地域産業保健センター

〒523-0897 近江八幡市鷹飼町東二丁目17-5
TEL : 0748-31-3544 FAX : 0748-34-0090
メール : omihachiman@shigas.johas.go.jp

◆窓口を一人で対応しておりますので、お電話が繋がりにくい場合がございます。
その際はメールもしくはFAXにてご連絡ください。

プレコンセプションケア※に関する企業向け出前講座

※妊娠を望むか望まないかに関わらず、妊娠できる健康な
身体づくりをするための健康管理のこと

県内でプレコンセプションケアの講師として登録された講師
が企業に出向き、より健康な身体づくりをしていただくため
の研修を実施しています。

令和7年度版

未来の私たちへの
贈り物

滋賀県プレコンセプションケア講師派遣事業

今から始める プレコンセプションケア

プレコンセプションケアは、人生100年時代を豊かに生きるために、
個人の健康管理や生活の質の向上に寄与し、
将来の自分が望むライフデザインを
より確実なものにするための重要なアプローチです。

**講師にかかる費用
(講師料・交通費)
無料**

事業概要
滋賀県内でプレコンセプション
ケアの講師として登録された講
師が、小学校、中学校、高校、大
学、専門学校等、地域、企業等
からの依頼に基づき、プレコン
セプションケアに関する講義を
実施します。

内容
1. プレコンセプションケアとは
2. プレコンセプションケアの内容
**3. 妊娠・出産の選択を含めた将来の
自分が望むライフデザイン**
*施設からの要望をお聞きして内容を検討いたします。
①講義 ②講義と演習

対象者
県内にいる、小学校、
中学校、高校、大学、
専門学校等の教育機
関、企業、地域で子ど
も・若者を対象に活動
している団体等、保護
者、教員

申し込み方法
講師派遣を希望する日の2か月前までに、申し込みフォームにてお申込みください。
※2か月以内に実施をご希望される場合は、別途ご相談ください。
申し込み期間:1次募集(4~6月)、2次募集(9~11月)

今年度の申し込みはこちら





事業内容は
コチラ

お問い合わせ
連絡先

一般社団法人滋賀県助産師会プレコンセプションケア講師派遣事務局
〒520-3041 滋賀県栗東市出庭1199-2
TEL/FAX) 077-516-8816 [E-Mail] shiga-mw.precon@dream.jp
*電話対応は、火・木曜日10時~16時のみです。



(公社)びわこビスタスビューロー

不妊治療と仕事の両立に関する 企業向け出前講座

県内の不妊症看護認定看護師が企業に出向き、社員を支える職場の管理職や人事部職員等を対象に研修を実施しています。
(オンラインによる研修も可能です。)

- ・ 講演は無料です。
- ・ 研修内容
不妊とその治療に関する基礎知識、
企業において不妊治療と仕事の両立支援に取り組む意義、
不妊治療と仕事の両立を支援する上でのポイント等



- ・ 実施予定数
少人数から可能です。
- ・ 申し込み方法
滋賀県子ども若者部子育て支援課母子保健係あてに
FAX、メール、郵便にて申込書をお送りください。

FAX番号：077-528-4868

メールアドレス：boshihoken@pref.shiga.lg.jp

〒520-8577 大津市京町四丁目1-1

滋賀県 子ども若者部子育て支援課母子保健係 あて

申請者 住 所

氏 名

(法人にあっては名称および代表者の氏名)

担当者

氏 名

(法人にあっては担当者、連絡窓口の方の氏名)

連絡先電話番号

滋賀県不妊治療と仕事の両立支援出前講座申込書

開催希望日時 *候補日は必ず 第3候補まで ご記入ください。	第1候補：令和 年 月 日 () 午前・午後 時 分～
	第2候補：令和 年 月 日 () 午前・午後 時 分～
	第3候補：令和 年 月 日 () 午前・午後 時 分～
参加予定人数	人
希望開催方法	1 対面による講義 2 オンライン開催 使用するシステム ()
対面の場合の 開催予定場所	(住所：)
オンラインの場合	使用するオンライン会議システム等ホストの準備の可否 可能・困難 *準備が困難な場合、zoom によるオンラインを滋賀県にて準備します。
備 考	

<お問合せ・申込み先>

滋賀県 子ども若者部子育て支援課母子保健係

〒520-8577 大津市京町四丁目1-1 TEL077-528-3567 FAX077-528-4868

E-mail boshihoken@pref.shiga.lg.jp

甲賀保健所の特定感染症相談・検査のお知らせ

性感染症が急増しています。

相手が1人だから『大丈夫！』ではありません。
経験あるなら無関心ではいられない問題です。
一度、検査を受けてみませんか？



検査は**無料**・**匿名**で受けられて
その日のうちに結果が分かるよ

- ◎日時 原則毎月第1水曜日 午後14時15分～15時15分
第3水曜日 午前9時15分～10時15分 (**予約制**)
- ◎場所 甲賀保健所(甲賀市水口町水口6200)
- ◎検査項目 HIV(エイズ)・肝炎ウイルス(B型・C型)・梅毒
- ◎申込方法 電話、来所での完全予約制。
(検査日の1か月前から予約可能)

特定感染症の検査について

- ① 検査結果証明書の発行は行いません。
(結果は口頭でのみお伝えします。)
- ② プライバシーは厳守されます。
- ③ 検査方法は、採血による血液検査です。(約6ml)
1度の採血で、HIV(エイズ)・肝炎ウイルス(B型・C型)・梅毒
の検査を受けられます。
- ④ 結果判定には採血後1時間程度かかります。
すべての検査結果は、その日のうちに判明します。
※ただしHIV検査については明確に結果を判断できない場
合があります。その場合は追加確認検査が必要となるため、
結果をお伝えできるのは2週間後になります。



【予約・問い合わせ先】
甲賀保健所 健康危機管理係
TEL 0748-63-6147 FAX 0748-63-6142

小児の夜間・休日救急について

夜間休日の子どものけが・発熱など
受診が必要かわからない時は



小児救急 電話相談「#8000」

受診の必要性の判断が難しい場合に、
小児科医・小児科看護師がご相談に乗ります。

「#8000」相談受付時間

平日・土曜

午後6時～翌朝8時

日曜・祝日・年末年始

午前9時～翌朝8時



Webサイト 「こどもの救急」

<https://kodomo-qq.jp/>

対象年齢：1カ月～6歳

「気になる症状」をクリックしていけば
緊急度に応じて必要な対応や
受診の持ち物などが表示され、
受診できる医療機関の検索などもできます。



全国版救急受診アプリ

Q助

きゅーすけ

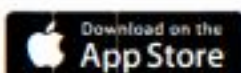


症状の緊急度を素早く判定!!! 救急車を呼ぶ目安に!!!

消防庁では、住民の緊急度判定を支援し、利用できる医療機関や受診手段の情報を提供するため、緊急度判定プロトコルver.2（家庭自己判断）をもとに全国版救急受診アプリ「Q助 きゅーすけ」を作成しました。

＜大阪大学医学部附属病院の協力を得て作成しています。（特許第638881号）＞

スマートフォン用アプリ



総務省消防庁「Q助」案内サイト

<https://www.fdma.go.jp/mission/enrichment/appropriate/appropriate003.html>



総務省消防庁

認知症（若年性認知症を含む）に関する 企業向け出前講座

県内の認知症専門医が企業に出向き、若年性認知症を含む認知症の理解を深めていただくための研修を実施しています。

- ・ 講演は無料です。
- ・ 研修内容（1時間程度）
認知症の基本的な理解、
若年性認知症の課題、特性、支援について
- ・ 実施予定数
1か所あたり10名以上の受講者の確保をお願いします。
従業員の家族の方や取引先の従業員の方などの参加も可能です。
- ・ 申し込み方法
甲賀保健所（FAX 0748-63-6142）あてに
申込書をお送りください。



送信先

FAX番号

— —

滋賀県

あて

令和 7 年度
認知症（若年性認知症を含む）に関する企業向け出前研修 申込書

認知症（若年性認知症を含む）に関する企業向け出前研修について、下記のとおり申し込みます。

事業所名	
住所	
電話番号	
FAX番号	
メールアドレス	
担当者氏名	

1. 研修会参加予定人数 名

2. 研修会希望日時

第1希望		年		月		日		時～
第2希望		年		月		日		時～
第3希望		年		月		日		時～

3. その他連絡事項

--

季節の野菜を使った減塩メニュー

簡単★アスパラのごまドレ炒め

材料 (2人分)

- ・ アスパラガス…80 g (4本)
- ・ 人参…20 g
- ・ 厚揚げ…50 g
- ・ ゴマドレッシング…30 g
- ・ ごま油…4 g (小さじ1)



作り方

- ① アスパラは下半分の皮をむき、3 cm幅の斜め切りに、人参も3 cmの短冊切りに、厚揚げは一口大に切っておく。
- ② フライパンにごま油を入れ、厚揚げを薄く焦げ目がつくまで炒める。
- ③ ②にアスパラ、人参を入れ少ししんなりするまで炒める。
- ④ ③にゴマドレッシングを入れてサッと炒めて出来上がり。

※お好みで玉ねぎやキノコ類を入れても美味しいですよ。

栄養価 (1人分)

エネルギー：105kcal

たんぱく質：4.1 g 脂質：8.8 g 炭水化物：4.2 g

カルシウム：80mg 鉄分：1.1mg 食物繊維：1.2 g 食塩：0.5 g

♪甲賀地域活動栄養士会レシピより♪



湖南市の「湖なすちゃんの健康レシピ集」にも
たくさんのレシピが掲載されています！
ぜひご覧ください。



みんなで つくろう 健康しが！

