

湯けむり

<第10号 / 2006.7.25>

食中毒シーズン到来！食品の取扱いに注意[2面]

アスベストの健康被害救済制度[3面]

不妊でお悩みのご夫婦をサポート[4面]

医療でお困りのことはありませんか[4面]

県健康福祉部メールマガジンに登録しませんか[4面]

熱中症にご用心！

7月から8月は夏も本番。皆さんに注意してもらいたいのが熱中症。
熱中症で死に至るケースもあり、毎年およそ200人が亡くなっています。
特に高齢者では熱中症による死亡者が目立ちます。

熱中症は、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、
体温の調整がうまくいかないことで起こります。



何が熱中症につながるの？

このような天気が危ない!!

- ・ 気温が高い
- ・ 湿度が高い
- ・ 風が弱い
- ・ 日差しが強い



このような時は注意!!

- ・ 激しい運動をしている時
- ・ 水分をあまりとらない
- ・ 大量に発汗した時
- ・ 過度に着衣している時

こんな時どうしたらいいの？

重症度

めまい・立ちくらみ・大量の発汗

水分・塩分をとりましょう

重症度

頭痛・吐き気・倦怠感・集中力低下

足を高くして休みましょう

水分・塩分をとりましょう

重症度

意識がない・痙攣・歩けない・
呼びかけに対して返事がおかしい

水や氷で体を冷やしましょう

すぐ救急車を呼びましょう

涼しい服装で、こまめに水分をとるようにしましょう。
屋外では帽子や日傘を使用し、日陰を利用しましょう。

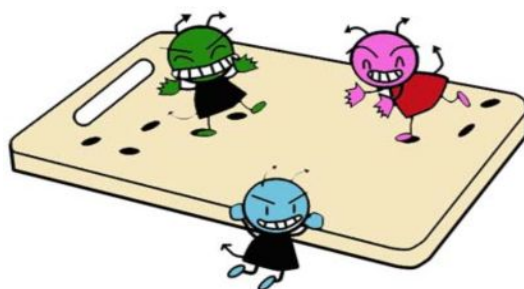
食中毒シーズン到来!

食品の取扱いに注意

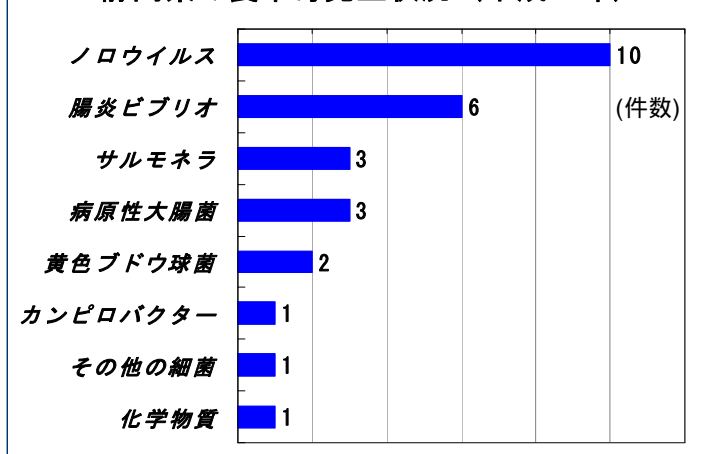
梅雨から夏に向けて食中毒の発生が最も多い季節を迎えます。食中毒はニュースなどから、旅館、飲食店等の営業施設や病院、事業所等の給食施設で発生すると思われがちです。しかし実際にはかなり多くの食中毒が一般家庭で起きていると思われます。これからの時期、食中毒を起こさないために、食中毒の原因を知り正しく予防しましょう。

●食中毒とは?

食品を介して細菌（サルモネラ、腸炎ビブリオ）やウイルス、その他人体に有害な物質（ふぐ毒、重金属、ヒスタミン）を摂取し、腹痛、下痢、発熱、嘔吐、神経まひ等の症状を起こすことです。



静岡県の食中毒発生状況（平成17年）



●食中毒予防のポイント

食品を購入したら早めに冷蔵保管し、下準備や調理の段階で「菌を付けない・増やさない」ように注意しましょう。特にこの時期、肉は十分な加熱、卵は新鮮なものを選び冷蔵保存、早めに食べるなどの注意が必要です。また手作りの弁当は冷ましてからふたを閉め、涼しい場所で保管し、できるだけ早く食べるようにしましょう。

食中毒予防の基本は手洗いです。調理前にはしっかり手洗いをしましょう。

●注意を要する食中毒

	原因食品	性質	予防のポイント
腸炎ビブリオ	海産魚介類 (刺身、魚介類加工品)	①海水中にいて、魚や貝から台所へ ②真水に弱い ③猛スピードで増殖	★魚介類は流水(真水)でよく洗う ★魚介類は4℃以下での保存
サルモネラ	卵・肉とその加工品	①人、動物、環境に広く分布 ②ネズミ、ゴキブリ、犬猫なども汚染源 ③乾燥に強く、熱に弱い	★肉は生食を避け十分に加熱する ★ネズミ・ゴキブリ駆除の徹底 ★ペットを台所に入れない
ノロウイルス	二枚貝類(特にカキ) 人から人への感染	①人のおなかの中でのみ増殖 ②消毒薬に強い ③比較的熱に強い ④数個～数百個のウイルスで感染できる	★調理前やトイレ後の十分な手洗い (石鹸でよく泡立て、大量の水でしっかり洗い流す) ★二枚貝類は十分に加熱する

アスベストの健康被害救済制度

アスベスト(石綿)を吸入したために長い年月を経てから肺がんや中皮腫になる人が多く出て、大きな社会問題となっています。そこで、今年3月、アスベストが原因でこれらの病気になった人やご遺族に、医療費等の救済制度が設けられました。

アスベストQ&A

アスベストとはどんな物質？

天然にできた鉱物繊維で「せきめん」「いしわた」と呼ばれています。

熱、まさつ、酸やアルカリにも強く、また丈夫で変化しにくいことから建築材料など様々な工業製品に使用されてきました。

アスベストはどこで使われていたの？

アスベストは生活のいろいろなところで使用されてきました。以前はビル等の建築工事において、保温断熱の目的で石綿を吹き付ける作業が行われていましたが、昭和50年に原則禁止されました。

その後も、アスベストは安価な工業材料でしたのでスレート材、ブレーキライニングやブレーキパッド、防音材、断熱材、保温材などで使用されましたが、現在では、原則として製造等が禁止されています。

アスベストの問題は？

アスベストは、そこにあること自体が直ちに問題なのではなく、飛び散ること、吸い込むことが問題です。

その繊維が極めて細いため、研磨機、切断機などの施設での使用や、飛散しやすい吹付け石綿などの除去等において必要な措置を行わないと、飛散して人が吸入してしまうおそれがあります。

吸い込むとどんな病気がおこるの？

アスベストとの関連が明らかな疾病として例示されているものとしては、
石綿肺
肺がん(原発性肺がん)
中皮腫
良性石綿胸水
びまん性胸膜肥厚 があります。

健康被害救済制度の内容

< 給付対象者 >

- ・アスベストにより中皮腫または肺がんになった方で現在療養中の人
- ・平成18年3月26日以前にアスベストによる中皮腫または肺がんによって死亡された人のご遺族で死亡当時に同一生計にあった人

< 給付の種類 >

医療費、療養手当、葬祭料、特別遺族弔慰金、特別葬祭料、救済給付調整金

< 申請書等の配布・受付 >

健康増進課 0557-82-9125

その他のアスベストに関する相談・問合せは

熱海健康福祉センター総合相談窓口 0557-82-9118 までどうぞ

不妊でお悩みのご夫婦をサポート

不妊相談(無料)

専門家による電話相談や面接相談(要予約) 火・金曜日10時～15時
静岡県不妊専門相談センター 055-991-2006

助成制度

医療保健が適用されず高額な医療費がかかる特定不妊治療(体外受精・顕微授精)に要した費用の一部を助成します。



助成期間が通算5年間に
延長されました!

<対象者>

体外受精及び顕微授精以外の治療法では妊娠の見込みがないか、または極めて少ないと医師に診断された夫婦(夫婦合計所得額650万円未満)

<給付の内容>

1年度当たり10万円を上限に治療費の1/2

<問合せ・申請>

保健福祉課 0557-82-9121



医療でお困りのことはありませんか? ～医療安全相談窓口の御案内～

病気や健康に関すること、医療におけるトラブル、病院の対応などについての相談を受け付けています。

専任の看護師が、皆さんのお悩みを解決するための助言をします。

(代理で、調査や交渉をすることはできません)

- ・相談日 月曜日～金曜日(祝日を除く)
- ・相談時間 9時～16時(12時～13時を除く)
- ・電話番号 054-221-2593(静岡県庁医療室内)



県健康福祉部メールマガジン 「いきいき生活応援便」に登録しませんか?



健康・福祉イベントの情報や、時々旬の話題など、手軽に読めて皆さんの役に立つものをお伝えしていきます。配信は月2回、登録料などは不要です。お気軽にご登録ください。

登録は<http://www.pref.shizuoka.jp/kenhuku/merumaga/touroku.htm>

<お問合せ先> 静岡県熱海健康福祉センター・熱海保健所
〒413-0016 熱海市水口町13-15 電話0557-82-9106 FAX 0557-82-9131
URL <http://www.pref.shizuoka.jp/kenhuku/kf-22/index.htm>