

賀茂通信 (かもめーる)

第5号 平成18年12月1日 発行

静岡県賀茂健康福祉センター
賀茂保健所
賀茂児童相談所
賀茂身体障害者更生相談所
賀茂知的障害者更生相談所

精神保健及び精神障害者福祉に関する法律施行規則の改正により

《精神障害者保健福祉手帳も顔写真付きに》

- 精神保健及び精神障害者福祉に関する法律施行規則の改正により、10月受付分から原則として写真を貼付した精神障害者保健福祉手帳（以下「手帳」という。）を交付します。
- 新規及び更新の申請・手帳交付を行なっていくことで、写真貼付の手帳に順次切り替わっていく予定で、手帳所持者全員に、急いで手続をしてもらうことを強制するものではありません。
- 有効期限のある手帳をお持ちの方で写真貼付の手帳の交付を希望する場合は、**再交付申請**をしていただきます。

顔が写っていればどんな写真でもいいの？



<以下の条件を満たしている写真なら、カラー、白黒、どちらでも構いません。>

- 縦4cm、横3cmの大きさ（写真・カメラ店で証明写真を撮ったり、インスタント証明写真を撮るコーナーでこのサイズを指定すると簡単です。）
- 申請日から過去1年以内に撮ったもの
- 上半身が写っていて、帽子等をかぶっていないもの
- サングラスをかけていないもの（補装具は可）

<以下のような写真は受付ができませんので気をつけてください。>

- 旅行写真等で本人が小さくしか写っていない、他の人も一緒に写っているもの
- どう見ても年齢と合わないもの
- 他の証明書からはがしたのや普通紙で印刷された写真などはがれやすいもの
- ポラロイド写真

手続はどうすればいいの？



・お住まいの市役所、町役場の担当窓口
下欄か右欄のものを持って行き申請をしてください。

・再交付手続で写真貼付の手帳を希望される場合は、**再交付申請書、写真、現在お持ちの手帳、印鑑**

新規及び更新の手続きをする場合は、

- 障害者手帳申請書
- 写真（裏面に氏名・住所を記入）
- 診断書、
年金証書等の写し 又は
特別障害給付金受給資格証等の写し
- 印鑑

どうしても、顔写真を貼りたくないのですが・・・



- 新規、更新の申請の方は、その旨をお住まいの市役所、町役場の担当窓口申し出てください。当面は顔写真貼付なしの手帳も交付します。
- また、有効期限のある手帳の方も無理に再交付申請をする必要はありません。

詳しいことはお住まいの市役所、町役場、又は賀茂健康福祉センター保健福祉課までお問合せ下さい。

賀茂健康福祉センター 保健福祉課 TEL: 0558-24-2056

西豆限定！？ 松崎保健支援室のご紹介

賀茂健康福祉センターのサービス機能の一部が、西伊豆・松崎の方のために出張しているのをご存知ですか？
メンバーは薬剤師1名、保健師2名、栄養士1名の計4名です。

業務内容は衛生・環境から保健サービスまで幅広いですが、規模が小さくアットホームな雰囲気の中、支援室ならではの地元密着できめ細やかなサービスが提供できるようにがんばっています。



支援室 たった
4人の職員です



今回は、精神障害者保健所デイケア「**でんでん虫の会**」を中心にご紹介します

「でんでん虫の会」は病気が原因で閉じこもってしまったり、対人関係が苦手になりがちな、心に病を持つ人たちが、社会性を高めたり、互いの交流をはかることを手助けするためのデイケアです。

20歳代から70歳代までの幅広い年齢層のメンバー16名が会員として登録中です。

松崎海岸で
清掃ボランティア



風鈴絵付け教室



大沢里でバーベキュー



支援室前の畑でサツマイモを植えました。
9キロの収穫！



実りの秋！

西豆地区の気候や風土、社会資源を生かし、時には地域の方々との協力をいただきながら活動をしています。会員は随時募集中！

黄金崎クリスタルパークの先生に教わって素敵な作品ができました。

親、兄弟も悩んでいます...精神障害者家族会「**あしたば会**」



「あしたば会」は、心に病を持つ人の家族のための会です。

同じ悩みを持つ家族同士で共感しあったり、たとえ病気や障害があっても当事者が生活しやすい地域になるようにと、働く場所を作ったり、障害についての理解を深めるために勉強会を開いたりという活動を続けています。松崎保健支援室でも、あしたば会西伊豆支部の活動に協力しています。

家族に心の病で悩んでいる方がいるあなた、仲間になってみませんか？

松崎保健支援室では

でんでん虫の会やあしたば会についてのお問い合わせの他、赤ちゃんからお年寄りに至るまでの様々な心とからだの健康に関する相談を受け付けています。(要予約)
毎月予約制の精神科医師による相談等や必要に応じての家庭訪問も実施しています。お気軽にご相談ください。

賀茂健康福祉センター松崎保健支援室 所在地：賀茂郡松崎町江奈255-3
電話：0558-42-0262



インフルエンザ対策



インフルエンザとは？

インフルエンザは、インフルエンザウイルスによる呼吸器の感染症です。
冬に流行するのは、インフルエンザウイルスが寒くて乾燥した冬の気候を好むことに加え、寒さのため血管が収縮し、ウイルスや細菌などの異物を対外に排出する役割を持つ鼻や気管の線毛の動きが鈍くなるなどウイルスの体内進入に好条件が重なるからです。

インフルエンザと風邪のちがいは？

インフルエンザは、まず悪寒とともに38 以上の高熱がいきなり出るのが特徴で、それに伴い頭痛、倦怠感、筋肉痛、関節痛などの全身症状も現れます。
また、普通のかぜと違って、初期には、くしゃみ、鼻水、のどの痛みなどは軽度で、むしろ、熱が下がってくるころに、せきや鼻水などの症状が強く現れ長引くことが少なくありません。

インフルエンザを予防するには？

インフルエンザ予防に最も効果が期待できるのは、ワクチンの接種です。感染しにくくするというだけでなく、感染・発症しても重症化するのを防ぐのにも有効です。ただし、ワクチンの接種が適当でない人もいますので接種する前に医師と御相談ください。そして、この場合は「手洗いとうがいの励行」「マスクの着用」「温度20～24、湿度50～60%程度の室内環境」「栄養バランスの良い食事」「十分な睡眠」などに特に気をつけ生活しましょう。

インフルエンザかなと思ったら！

インフルエンザは、かぜ薬では治りません。そればかりか、インフルエンザ罹患時の解熱鎮痛剤の服用はかえって危険な場合もあります。インフルエンザに有効なのはタミフルなどの抗インフルエンザ薬で、しかも、発症から48時間以内のできるだけ早くに服用することが重要です。高熱症状が出たらすぐにかかりつけの医師に診てもらいましょう。自己判断で我慢していると自分だけでなく家族などにも感染し、高齢者や乳幼児に重大な結果を引き起こすことになりかねません。

ノロウイルス

冬季の感染症としては、ノロウイルスによる感染性胃腸炎もまた、乳幼児や高齢者の間で発生し、保育所や高齢者施設などで集団感染を引き起こすので注意が必要です。

カキなどノロウイルスに汚染された食品の不十分な加熱調理や感染した食品取扱者が十分な手洗いをしないなどにより経口感染するものです。極めて微量のウイルスで感染・発病に至る感染力の強さ及び加熱や消毒薬に対する抵抗性の高さが特徴です。

初期症状は急激に発症する吐き気、おう吐で、続いて下痢、腹痛や発熱の症状がでます。これら症状が出たらすぐに受診しましょう。

また、感染者のおう吐物やふん便の中にウイルスが存在するため、処理時に感染予防のための注意が必要です。

使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用して処理をし、消毒を行いましょう。

保健所では多様な感染症の発生に係る早期把握、拡大防止等の対策に取り組んでおります。お知りになりたいことやお悩みのことがありましたら、遠慮なく下記までお問い合わせください。

賀茂保健所 健康増進課 (電話0558-24-2052)



AEDの貸し出しをします

< AEDとは? >

AEDはオートメーティッド エクスターナル ディフィブリレーター*Automated External Defibrillator*の略語で、日本語では「自動体外式除細動器」といいます。

AEDは簡単にいうと、救急現場で一般の人でも心臓への電気ショックを行うことができる機械です。

元気な人が突然心臓疾患で倒れた場合、心室細動といって心臓がけいれんして、血液を送り出すポンプの役目が果たせなくなる状態になることがあります。AEDはコンピューターによって自動的に心室細動の状態、除細動(心臓への電気ショック)が必要かを判断し、音声案内で除細動の手順を教えてください。したがって、一般の人でも簡単な講習を受ければ安全に操作することができます。

< AEDの貸し出しについて >

当健康福祉センターにはAEDが1台設置されていますが、休日等に開催されるスポーツやイベントにおける緊急時に活用していただくために、閉庁日に限りAEDの貸し出しを行っています。詳しいお問合せは、下記の連絡先までお願いします。



賀茂健康福祉センター 総務課 (電話 0558-24-2032)

医療従事者のみなさまへ

医師、歯科医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技工士
本年は2年に1度の届出の実施年です

対象：平成18年12月31日現在で、医師、歯科医師、薬剤師の**免許を受けている方**、
保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技工士として**就業している方**

届出先：就業中の方は、勤務先を經由して賀茂保健所まで
在宅の方は、直接賀茂保健所まで

期限：平成19年1月15日(月)

問合せ： については、賀茂保健所地域支援課 0558-24-2035
については、賀茂保健所健康増進課 0558-24-2052



静岡県賀茂健康福祉センター

〒415-0016 下田市中 531-1 (静岡県下田総合庁舎 4階・2階)

電話 0558-24-2032

ホームページ <http://www.pref.shizuoka.jp/kenhuku/kf-21/>

松崎保健支援室 〒410-3624 賀茂郡松崎町江奈 255-3 電話 0558-42-0262



R100

古紙配合率100%再生紙を使用しています