

東部健康福祉センター だより

～誰もが心身ともに健やかに暮らせる地域のために～

<第8号(平成21年7月1日(水)発行)>

静岡県東部健康福祉センター(東部保健所)発行

〒410-8543 沼津市高島本町1番地の3

(電話)055-920-2075 (FAX)055-920-2191

(ホームページアドレス)

<http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-730/index.htm>

食中毒 予防の決め手は きれいな手

細菌性食中毒の危険性が高まる季節です

新型インフルエンザの予防策として奨励されている手洗いは、食中毒の予防にもたいへん有効です。引き続き、手洗いに励みましょう。

◇ 食中毒予防の注意点

1. とにかく手洗い！(調理前、食前、帰宅後、トイレの後に石鹸を使って)
2. 肉・卵・魚の取扱いに注意！(触った後は手だけでなく、まな板などもよく洗う。)レバーや鶏肉は特にカンピロバクター菌が付いていることがあるので、新鮮な物でも「生食用」と書かれていなければ生で食べないようにしましょう。
3. 台所は清潔に！(冷蔵庫の中も整理整頓)冷蔵庫の中でも菌は生き残り、少量でも食中毒を起こす菌があります。また、冷蔵庫の中には熱いまま入れない、物を詰め込み過ぎないことも大切です。
4. 作った料理は早めに食べる！味・臭いに異常がなくても、食中毒菌が増えていることもあります。作った料理は早めに食べましょう。
5. 加熱は十分に！(温め直すときは沸騰するまで)

◇ 食中毒かなと思ったら…

食中毒の一般的な症状として、腹痛、下痢、吐き気などがありますが、発熱、頭痛などが起こることもあり、命にかかわることもあります。

食中毒の疑いがあったら、無理をせず医療機関を受診しましょう。



愛の血液助け合い運動 7月1日～7月31日

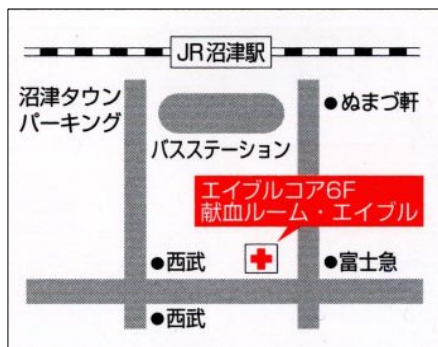
7月1日から7月31日まで「愛の血液助け合い運動」を実施しています。皆様のご協力をお願いします。

血液の安全性を高めるためのお願い

- ◆ 成分献血と400ml献血にご協力を！
- ◆ 海外渡航歴に関する問診にご協力を！
- ◆ ウイルス感染の不安がある方は献血を控えて！

献血ルーム・エイブルの受付時間

- 全血献血…10:00～13:00、14:00～17:30
- 成分献血…10:00～12:00、14:00～16:30



飼い主のいない猫を増やさないために

飼い主のいない猫でお困りの声をよく聞きます。

飼い主のいない猫の問題は、行政、ボランティア、地域住民が一体となって解決することが重要です。

餌を与える場合は、不妊手術、糞や残った餌の始末など責任を持って行いましょう。



進めよう！災害時要援護者の支援対策

誰だって一人では生きてゆけないのだから…

◇ 災害時要援護者とは…

災害が発生した時に、情報の把握が困難だったり、避難に時間がかかったりするなど、一連の行動をとるのに他の人からの援助が必要になる人たちのことです。具体的には、次のような人たちが「災害時要援護者」(以下「要援護者」という。)とされています。

- 一人暮らしや寝たきりなどのお年寄り
- 身体・精神・知的に障害のある人
- 難病を抱える人
- 乳幼児
- 妊産婦
- 日本語が不自由な外国人 など



▲ 当センター相談部芹澤政美主査の長女愛枝ちゃん(小6)が描いたイラストです。

◇ 要援護者支援体制の確立に向けて

現在、市町では、要援護者本人の同意を得ながら、次のような作業を進めています。

- 1. 要援護者の特定** : 地域において、災害時の避難にあたって支援が必要となる人を特定
- 2. 要援護者情報の収集・共有** : 市町の防災部局と福祉部局のほか、避難支援に直接携わる自主防災組織、民生委員などが要援護者に関する情報を収集・共有
- 3. 避難支援プランの策定** : 災害時に誰が誰(要援護者)を支援してどこの避難所に避難させるかなど、要援護者一人ひとりの具体的な支援内容を定めた個別計画を策定

「避難する時に不安はあるけれど、地域の人に自分のことを知られるのはちょっと…」とためらっている人は、地域の民生委員などに相談したり、近所の友人などに災害時の支援をお願いしておきましょう。

日ごろから、一人ひとりが近隣の人たちとのコミュニケーションを図り、連帯感を深めることが何よりも大切です。

いのち輝き、笑顔あふれる社会を

静岡県厚生部

