

保健センター だより

- 弓削保健センター
TEL 77-3700
- 岩城保健センター
TEL 74-0755
- 生名保健センター
TEL 74-0911
- 魚島保健福祉センター
TEL 74-1120

まだまだ蚊に注意

9月に入り暑さも日増しに和らいできましたが、まだまだ涼しい秋とはいきません。そこで、蚊の存在を忘れてはいけません。まだ暑さも残る秋は、蚊の活動も活発です。蚊に刺されるとかゆくなるのは、みなさん体験済みだと思いますが、単にかゆくなるだけでなく、感染症にかかる可能性もあります。

蚊による感染症には、マラリヤ、デング熱、日本脳炎などがあります。特に西日本では日本脳炎ウイルスを保有する豚が確認されているので、注意が必要です。

日本脳炎とは…

日本脳炎ウイルスの感染によっておこる中枢神経（脳や脊髄）の病気です。

日本脳炎ウイルスは豚の体内で増殖し、蚊（コガタアカイエカ）を媒介にして人に感染する可能性があります。

ます。人から人には感染しません。免疫のない場合50人〜1000人に1人の割合で発病します。通常7〜10日の潜伏期間（無症状）の後、高熱、頭痛、嘔吐があり、ついで意識障害、けいれん、光への過敏症などが現れます。

日本脳炎は予防接種法に基づき、定期接種の対象の感染症となつていますが、厚生労働省は接種後に重い副反応が出る可能性があるとして、積極的な勧奨を控えています。

コガタアカイエカの特徴

住宅地に多く、夕方から夜間にかけて室内で吸血します。胸部は淡赤褐色で、体調は5.5mmほどで、日本全土に分布しています。雨水マス、側溝、防火用水、水溜り、竹株などに産卵します。活動範囲は概ね2km前後です。



蚊による感染症を 防ぐには…

①蚊に刺されないようにする

- ・蚊のいそうなところに立ち入らない。（公園、墓地、廃屋、空き地、茂みなど）
- ・野外で活動するときは長袖や長ズボンを着用して肌の露出をさける。

- ・防虫薬をこまめに使用する。
- ・網戸、蚊帳などを使用する。

②蚊の発生を防ぐ



- ・蚊が隠れる場所となる草むらは定期的に草刈をする。
- ・バケツや空き缶、ビニールシートなど、水が溜まりそうなものは片付ける。
- ・雨水マスや切り株、お墓の花立、鉢植えの受け皿は定期的にそうじをする。
- ・古タイヤは処分するか穴を開けて水がたまらないようにする。

☆腸炎ビブリオ食中毒

注意報発令中！

腸炎ビブリオ食中毒は夏季に集中的に発生します。

腸炎ビブリオの特徴

- ・海水中に生息、海水温が上昇すると大量に増殖する。
- ・真水、熱に弱い
- ・食中毒の症状激しい腹痛、下痢

次の点に注意して、食中毒を防ぎましょう。

- 魚介類は、調理前に流水（真水）でよく洗う
- 魚介類専用の調理器具を使い、二次汚染を防止
- 手洗いの徹底
- 短時間でも冷蔵保存4℃を徹底
- 調理後は、速やかに消費
- 食中毒の3原則「清潔」、「迅速」、「温度管理」に十分注意しましょう。

自殺予防 いのちの電話

2007年9月～2008年3月の毎月10日はフリーダイヤル

0120-738-556

（8:00～翌日8:00）毎月10日は24時間・無料

ひとりで悩まないで、こころの苦しみをお話してください。

あなたがつらいとき、24時間隣にいます。



地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢の皆さんを、介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から総合的に支えるための総合窓口です。皆さんがいつまでも健やかに住みなれた地域で生活していけるよう、地域包括支援センターを積極的にご利用ください。

★上島町地域包括支援センター TEL 77-3698
★生名サブセンター TEL 74-0921
★岩城サブセンター TEL 74-0755
★魚島窓口 TEL 74-1120

防ごう！高齢者虐待

すべての人が尊厳を持って暮らせる地域づくりのために

地域包括支援センターでは、虐待の早期発見や把握に努め、高齢者や家族の方を守る役割があります。虐待に気づいた人には通報義務があるのをご存じですか？

「これってもしかして虐待？」と思ったら、迷わず当センターへ連絡してください。

《高齢者虐待とは？》

高齢者の虐待としては大きく分けて「身体的虐待」「精神的虐待」「介護・世話の放棄・放任」「性的虐待」

「経済的虐待」の5つが上げられます。

「介護と虐待は背中合わせ」ともいわれるように、介護者の心身疲労も高齢者の虐待が増えている原因のひとつと考えられます。そして、虐待が無意識に行われていることもあるので、次のリストでチェックしてみよう。

- 言うことを聞かないので、無視したり、逆にののしってしまう。
- 良いことと悪いことをわかってもらうために、叩くなどしてしつけをしている。
- 認知症により徘徊するので、部屋に閉じ込めている。
- 認知症や寝たきりで外間が悪いので、外出させなかったり、訪ねてくる人がいても会わせないようにしている。
- 年金手帳、預金通帳などを管理し、本人に無断で使っている。
- 人前でおむつを替えたり、しばらく裸のままにしておくことがある。

チェックが付いた方は、ひとりで悩まず、サービスや制度を利用したり、当センターに相談してください。

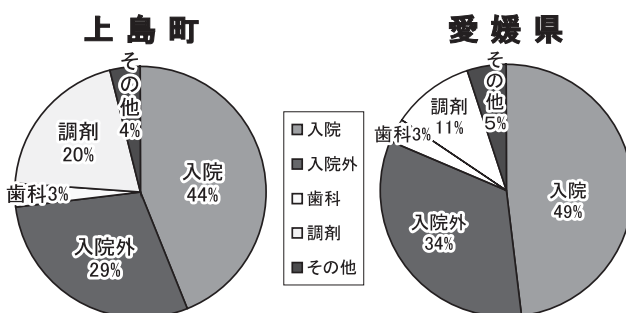


お年寄りのみなさん！

医療費の節約につとめましょう！

平成18年度上島町の老人医療費は約14億8千9百万円となり、昨年より8千6百万円の減となりました。上島町は調剤の占める割合が県平均11%と比べ9%も高い20%の数値となっています。

あなたは一つの病気で何人もの医師に掛かっていませんか？多くの医師に掛かると何件もの薬局から薬をもらうようになります。気軽に相談できる掛かり付けの医師をもつことで調剤費用も減り、医療費の節減に繋がります。医療費に関心を持ち、より適切な医療が受けられるように医師と良い信頼関係を築きましょう。



「潮湯」からのお知らせ

“潮湯イベント”

いつまでも、元気でいてね

【敬老の日】のプレゼント！

9月18日(火)は65歳以上の方全員無料！

※年齢の確認できるもの（免許証・保険証等）をご提示ください。

※敬老の日（9月17日）は休館日の為、翌日にイベントを実施しますのでお間違えのないように！

たまには、のんびり・ゆったり潮湯ですごしませんか？



潮湯イベント

『スタンプラリー・誕生日無料』も大好評！

皆様のご利用、スタッフ一同心よりお待ちしております。

■問合せ先 上島町海水浴施設「潮湯」

TEL 74-0808