

中丹西保健所だより

No.100

chutan nishi

2007 6.15

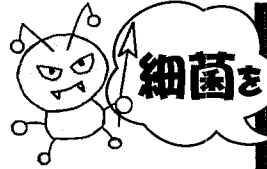
URL <http://www.pref.kyoto.jp/chutan/whoken/index.html> 「京都府ホームページ」または「中丹西保健所」で検索することもできます

Dr.はじめが教える

家庭で守ろう!

食中毒予防の3原則

これから食中毒シーズンに入ります。
「食中毒予防の3原則」を守って、安全な食生活を心掛けましょう♪



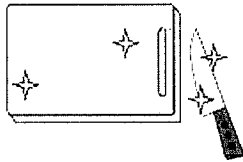
つけない
ふやさない
やっつける



Dr.はじめ

1 つけない!

手や食材、調理器具を
きれいに洗いましょう!



2 ふやさない!

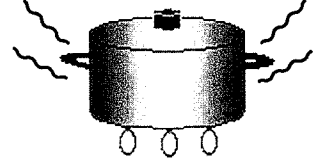
食品は、冷蔵庫や冷凍庫で
保存しましょう!

3ページの
冷蔵庫のチェックも
やってみてね!



3 やっつける!

火を通すとき、中心まで
しっかり加熱しましょう!



はてなchan

はてなchanとDr.はじめのホームページ
<http://www.pref.kyoto.jp/chutan/shoku/>



をぜひみてね!

福知山市内の一部スーパーで
掲示されているちらし



もご参考に☆

所長 つうしん

「あたりまえ」を守る保健所の仕事

保健所は府民の皆様の健康と安心・安全な暮らしを守る仕事をしていますが、皆様方の目に止まりにくい業務が多くあります。その一部を紹介させていただきます。

例えば、テレビや新聞でインフルエンザ等の流行状況が報道されますが、その基礎データは、医療機関から頂いた報告を保健所がとりまとめ国へ報告しているもので、全国の感染症対策の重要な資料となります。

また、安心・安全なサービスを提供いただくために病院や福祉施設、食品を提供する施設・事業所等を定期的に訪問し、不備な点があれば法律に基づいて改善の指導を行っています。

また当所は府北部の試験検査の拠点保健所として、川・海・地下水の検査、工場・廃棄物処分場の排水検査、食品の添加物検査や細菌検査、府内2か所の食肉センターで処理される全ての牛のBSE検査を行うなど、皆様の安心・安全な暮らしをサポートしています。

環境の見守りも保健所の大切な仕事です。水や大気の監視、廃棄物の不法投棄を防止するため管内パトロールも頻繁に行っています。2ページの特集を是非御覧くださいね。

これからも府民の皆様の健康と安心・安全な暮らしをお守りするために一杯頑張ります。



保健所はこんな仕事をしています

特集

このページでは普段皆様が目にされることは少ない、でも、「身近な保健所の仕事」を紹介します。

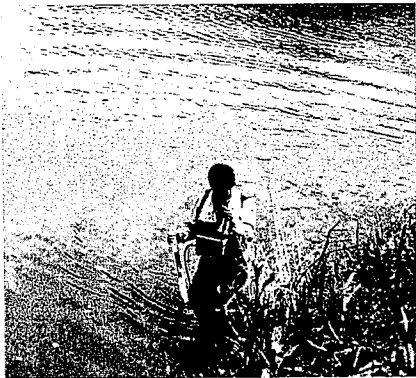
パート①

6月は環境月間

「環境を守り、育るために」

地域の環境を守るため、川や空気の調査を、府保健環境研究所等と協力し合い、定期的に行っています。また、産業廃棄物の不法投棄や野焼きの早期発見、早期対応に努めています。

水の調査



鮎つりのようないでたちですが、正しい調査結果を出すための、地道な作業なのです。

由良川に流れ込む川の水質を毎月調査した結果は、基準を満たしています。

空気の調査

福知山測定局（伯耆丸公園内）の自動測定器で、常時、工場の煙や自動車の排気ガスなどの影響がないか、調べています。

身近な所で空気を測っています。

産業廃棄物の監視



早く見つけることが大切！
いつも監視していますよ！

「産業廃棄物不法投棄等監視員」が、山の中もパトロールをします。悪質なケースは、「不法投棄等特別対策広域機動班」で対処することになっています。

不法投棄をしない！ させない！ 許さない！

◎こんな時 → 山林などに解体木くずやがれきなどが高く積まれている。
空き地などで解体木くずが野焼きされている。

◎お知らせください 産業廃棄物不法投棄情報ダイヤル（京都府北部）
フリーダイヤル 0120-530995
地域の保健所等につながります。（夜間、休日は留守番電話）

環境行政についての情報は、京都府の「環境白書」にまとめられ、皆様に公表しています。
京（きょう）と地球（あーす）の環境ホームページアドレス <http://www.pref.kyoto.jp/kankyo/>

【きょうと健やか21 実践目標】 適正体重を維持しよう（参考：標準体重＝身長(m)×身長(m)×22）



Dr.はじめ

Dr.はじめのチェック!

うちの冷蔵庫をチェック!!

次の質問に○か×をつけてみましょう!



①中身は、7割程度。

②温かい物は、あら熱をとって入れる。

③食品の置き場所を決めている。

④温度は、10℃以下。

⑤肉や魚は、短時間でも冷蔵庫に入れる。

⑥扉の開閉は使うときだけ。

⑦掃除をこまめにしている。

×がひとつでも付いた人は、食中毒に気を付けて!
これから、○になるように心掛けましょう!



はてなchan

6月は食育月間

毎月19日は“食育の日”

～月に一度は、「食」について考えてみましょう～

いま、
なぜ食育?

栄養バランスのかたより
不規則な食事

これは
問題

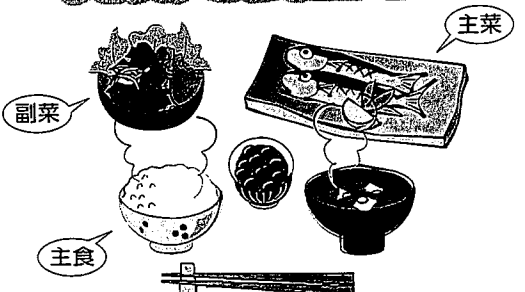
肥満・生活習慣病が
増えています!

食育により、ひとりひとりが
“食”の知識と選ぶ力をつけ
のぞましい食生活を実践

目標
元気で長生き!

チェック

- 毎日朝食を食べていますか
- 主食、主菜、副菜がそろっていますか
- 家族で食卓を囲んでいますか
- 我が家の味を伝えていますか



『京都府食育推進計画』が
できました。

詳しくは
こちらから…

<http://www.pref.kyoto.jp/shokuiku/index.html>

(京都府食の安心・安全プロジェクト ホームページ)

飼い主さんのマナーが問われています。犬の糞は適正に処理しましょう!

エイズ 夜間 即日検査、クラミジア検査 無料・匿名で受けられます!



エイズ夜間即日検査 …結果は即日判明! 7/23(月)、10/15(月)、1/21(月) 17時~20時受付(予約制)

クラミジア検査 …尿で検査できます! 毎週月曜日 9時30分~10時30分受付(予約制)

☆クラミジア感染症とは?

→性感染症の中では最も患者数が多く、現在若い世代を中心に広がっています。

☆症状は?

→自覚症状がない場合が多く、放置してしまうと女性の場合は、不妊症、子宮外妊娠の原因となるため、注意が必要です!

☆検査方法は?

→尿検査で、結果は2週間で判明します。エイズ検査と同時に受けることができます。

☆治療方法は?

→抗生物質を内服します。性感染症の治療はパートナーと一緒にすることが大切です。



お問い合わせ・検査の予約

保健室 TEL.22-6381

高等学校奨学金等
(市町村民税非課税世帯用)

第2次申請 ただ今受付中!! 平成19年 6月29日(金)まで

申請
対象者

- 1年生で第1次申請をされなかった方。
(入学支度金も対象になります)
- 2・3年生で新規・継続申請をされる方。

支給
要件等

- 平成19年度市町村民税非課税世帯。
- 所定の世帯要件あり(母子・父子等)。
- その他在学証明書等必要。

※7月以降に申請された方の奨学金については、申請月からの支給となります。

お問い合わせ・申請先

福祉室 TEL.22-3903

相談・検査など こんな時は保健所へ

※実施日については変更する場合がありますので、お問い合わせください。

タイトル	内容	実施日	お問い合わせ先
一般健康診断(有料)	検尿、血圧、X線、診察など一般的な検査・相談	毎月第1月曜日※ 13:00~14:00受付	企画調整室 22-5744
エイズ相談・検査 (無料・予約制)	予防相談、検査 (即日結果判明、匿名可)	毎週月曜日 9:30~10:30受付 *エイズ検査は、夜間検査日も あります(右記までお問い合 わせください)	保健室 22-6381
B型・C型肝炎検査 (無料・予約制)	予防相談、検査 (結果2週間後判明)		
クラミジア検査(無料・予約制)	予防相談、検査 (結果2週間後判明、匿名可)		
栄養相談(無料・予約制)	肥満、糖尿病、高脂血症などの 相談	毎月第1水曜日 13:00~16:00	福祉室 22-5766
発達クリニック(無料・予約制)	乳幼児の発育、発達などの相談	偶数月/第1火曜日 奇数月/第1水・3火曜日 13:00~16:00	
すこやか相談(無料・予約制)	幼児のことばなどの発達の相談	偶数月/第1・3金曜日 奇数月/第1金曜日 9:00~16:00	
精神保健福祉相談 (無料・予約制)	子どもからお年寄りまで、心 の病気、適正飲酒などの相談	毎月第2・4火曜日 13:00~16:00	福祉室 22-5766
思春期・青年期 心の健康相談 (無料・予約制)	思春期の心の問題全般につ いての相談	毎月第1・3火曜日 13:00~16:00	
飼えなくなった犬・猫引き取り (無料)	飼い犬・飼い猫に限ります	毎週金曜日 9:00~11:00	環境衛生室 22-6382

各室のTEL

- 企画調整室 22-5744
- 福祉室 22-3903 / 22-5766
- 保健室 22-6381
- 環境衛生室 (衛生担当) 22-6382
(環境担当) 22-6383
- 食肉・試験検査室 22-6384

保健所だよりや
保健所の仕事に対するご意見、
ご要望、質問をお寄せください。
いくつかをこの紙面でご紹介
させていただきます。

中丹西保健所だより 第100号

平成19年6月15日発行

編集・発行
京都市中丹西保健所
(京都市中丹広域振興局健康福祉部)

〒620-0055 福知山市篠尾新町1丁目91