

丹後保健所だより

編集発行 京都府丹後保健所
 (丹後広域振興局健康福祉部)
 〒627-8570 京丹後市峰山町丹波855
 電話 0772-62-0361
 (環境衛生室直通0772-62-1361)
 F A X 0772-62-4368

花粉症

今年の量は
 去年の
 40~50
 倍の予想

対策はバッチリ?!

花粉症とは、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどの症状を特徴とする花粉によって引き起こされるアレルギー疾患です。その8割がスギ花粉症です。

戦後の植林計画によって、数を増やした杉林がいつせいに花粉を飛ばし始めたのが1980年代。この頃から始まった花粉の猛威は瞬く間に日本中に広がり、現在、地域によっては5人に1人が花粉症といわれています。

今年のスギ・ヒノキ科の花粉飛散量は去年の40~50倍と予測されていますので十分な対策が必要です。

●働き盛りの世代に多い

花粉症は30~50歳代の人に多く、特に女性の方が多傾向です。

症状は特定の花粉に反応する抗体が体内で蓄積されて初めてあらわれます。抗体は花粉を吸い込むことでつくられますが、花粉症を引き起こす程度までには20~30年の歳月がかかると言われています。

●こんな症状があらわれる

(つらいときは医師に相談を)

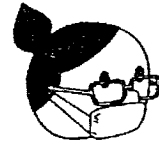
- 100% 鼻の症状 (くしゃみ、鼻水、鼻づまりなど)
- 95% 目の症状 (かゆみ、なみだ目、充血など)
- 85% のどの症状 (かゆみ、不快感、乾燥感、せき、たんなど)
- 46% 全身の症状 (発熱、熱感、悪寒など)
- 35% 胃腸の症状 (食欲減退、不快感、嘔吐、下痢など)
- 26% 皮膚の症状 (顔面・首に皮膚炎に似た変化など)

★からっと晴れて暖かく風の強い日、また雨上がりの翌日晴れた日は花粉飛散量が多くなります。御用心を!

身を守る①

- ・花粉を避ける

- ・テレビ等の花粉情報を参考に花粉の多い日は外出を控える。
- ・外出時はサングラス、マスク等を身につけ防衛する。
- ・衣類は花粉がつきにくい素材を選ぶ。
(マスクは花粉を90%カット メガネは1/3にカット)



身を守る②

- ・花粉を室内に入れない、減らす

- ・帰宅したら玄関先で衣服や髪をはたき、うがい、手洗い、洗顔をして鼻もかむ。
- ・洗濯物や布団はよくはたいてからとりこみ、室内もこまめに掃除する。
- ・気温の高い午後は窓を開けない。



身を守る③

- ・身体を鍛え
- ・規則正しい生活を

- ・日頃から運動等で身体を鍛え、規則正しい生活をする。
- ・疲労が重なると発症しやすくなる。

所長コラム

昨年末から本年1月にかけて、老人施設などでの急性胃腸炎の発生が全国的にマスコミで再々取りざたされました。ノロウイルス感染による急性胃腸炎は胃腸風邪などと言われて、以前から毎年冬季に発生していたありふれた感染症です。加熱調理していない生がきなどの生の二枚貝の中や患者の便の中にいたノロウイルスが口から入って感染し、1日~2日の潜伏期間をおいて発病します。症状は下痢やおう吐ですが、2日~3日で軽快します。

今冬ノロウイルス感染者が例年に比べて特に増えた訳でもないのに全国的な問題となってしまった理由がいくつかあると思います。ノロウイルス感染による急性胃腸炎は、あまり心配する必要のないありふれた感染症であると考えられていたため、行政対応が遅れた場合があったり、また嚴重なノロウイルス感染予防対応が遅れて施設内集団感染が起こった事などがあげられます。



また、もともと体の調子が非常に悪かった施設入居者への感染が命に関わる大変な事件になってしまったり、施設給食の食材に含まれていたノロウイルスが原因となった食中毒事件が起こった事なども問題を大きくしました。急性胃腸炎という感染症の病原体であり、かつ食中毒の原因ともなるこのノロウイルスは感染症蔓延予防、食中毒予防の2つの観点から対策が必要であり、さらに対応が難しかったと言えます。

しかし、保健所で対応をしていくうちに、急性胃腸炎に限らずどんな感染症であっても、また食中毒であっても、介護をする人の手から直接、また調理する人の手から食材を通して、感染症や食中毒の原因となるウイルスや細菌が他の人へと広がっていかないように、十分な手洗いを繰り返し実施するという基本的な事が何より大事だと改めて認識しました。

自分のためだけでなく、御家族や職場や地域のみなさんのためにも、手洗いやうがい等の基本的な感染症・食中毒予防をお願いします。

今より少しでも健康になるために、できることから始めましょう!

あん摩マッサージ指圧を業とする場合は免許が必要です!

ご存知
ですか?

皆さんは体の調子がおかしいと思ったら医療機関へ行かれたり、マッサージ等を行う施術所に行かれますね。

しかし、あん摩マッサージ指圧行為については、「あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師等に関する法律」に基づき、免許を取得していなければ、これらを「業」として行うことは出来ないのをご存知ですか?そして、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師が施術を行うには、保健所への届出が必要なのです。

なぜなら、これらの行為は、正確な知識と高度の技術を必要とし、無資格者が行えば重大な事故(健康被害)が発生する恐れがあるため、国家資格を有する者にのみ「業」として行うことが認められているのです。

なお、上記法律に基づく厚生労働大臣免許としては、上記以外の整体師・施術師・マッサージスタッフ・指導士等はありませんので御注意下さい。(医業類似行為としての資格は上記の他に柔道整復師法に基づく柔道整復師もあります。)

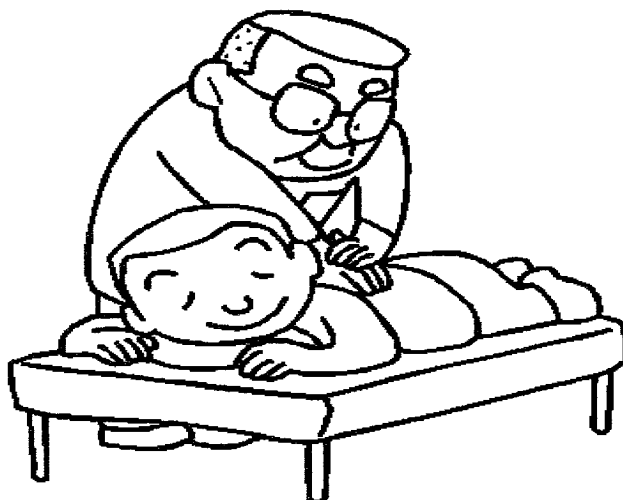
※丹後保健所管内では平成17年2月現在45箇所の届出があります。(法に基づいた届出等がなされているかどうかは、保健所で確認できます。)

〈雑学メモ〉

医療行為や医業類似行為は医療法や医師法、あん摩マッサージ指圧師はり師きゅう師等に関する法律などの各種法令で、内容が規定されています。

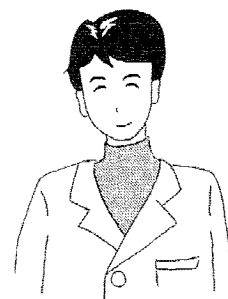
その中では、広告に関する規制の項目も設けられています。法では業務の種類・施術者の氏名・施術所の名称・電話番号・住所・施術日・施術時間のみの広告しか行えず、「〇〇を治療します」等の広告は行えないのです。

救世主のような誇大広告にはくれぐれも御注意願います。



平竹先生の

何でもコラム



「食物アレルギー」について(その2)

前回に続いて食物アレルギーのお話しです。今回はその診断について少し書いてみます。

どんな物質にアレルギーがあるのかを調べるのによく用いられるのが、血液中の抗体(アレルギー原因物質≡抗原に反応するもの)を測るやりかたで、いわゆる「アレルギーの血の検査」です。これは採血すれば一週間ほどで結果がでます。子どもさんから採血するのはなかなか大変ですが、広く行われている検査です。この検査で、アレルギー物質をほぼ特定することができます。

ただ注意しないとならないのは、検査上はアレルギー物質があるはずなのに実際は摂取してもなんともない、あるいは検査には引っかからないのにこれを食べるとどうも調子が悪い、という例外がまれにあるということです。また、成長とともに多くの場合食物アレルギーはよくなつていきますが、採血すると相変わらず高い値がでるといことはよく経験します。

アレルギーの血液検査はあくまで診断の補助となるものです。主治医とよく相談しながら、不必要な食物除去がないように、親御さんの過剰な負担にならないように、治療を進めていきましょう。

また、アトピー性皮膚炎は、食物だけでなく、環境因子(洗剤や石鹸、カビやダニなど)もその原因になりうることを忘れてはなりません。

環境衛生室から

レジオネラ症予防対策

京都府ではレジオネラ症の予防対策がより一層効果的に実施され、安心して府内の入浴施設を利用していただけるよう「京都府レジオネラ症発生予防のための入浴施設の衛生管理に関する条例」が制定され、平成17年1月1日から施行されました。



この条例は旅館や社会福祉施設等の入浴施設を対象としていますが、一般家庭でも24時間風呂等の循環式浴槽は消毒を行うなどしっかり管理しなければ危険です。

条例の対象施設

旅館、公衆浴場、医療施設、社会福祉施設等の入浴施設衛生管理の基準

- ① 循環ろ過装置の構造 (集毛器を設置し逆洗可能で十分な能力のもの)
② 気泡発生装置等の空気取入口の構造 (土ぼこりが入らないもの)
③ 入浴施設の清掃及び消毒 (バイオフィーム(ぬめり)を発生させない)
④ 入浴施設で使用する湯水の水質管理 (年1回以上レジオネラ属菌等を検査する)
⑤ 浴槽湯水の消毒 (残留塩素濃度を0.2~0.4mg/lに保つ。水道水使用で循環ろ過装置を使用しないときはこの限りではない)
⑥ 浴槽湯水の満杯保持 (常時湯水を十分に供給し越流させる)
⑦ 浴槽湯水の定期的な排出 (1日1回以上、循環ろ過の場合は週に1回以上)
⑧ 上がり用湯水及び打たせ湯用湯水の浴槽湯水の原則再利用禁止 (上がり用及び打たせ湯には、新しい湯水を使用する)
⑨ 点検表による管理記録の作成

「不法投棄」「野焼き」は犯罪です！ きびしく処罰されます！

- ※①他人の土地等に勝手に廃棄物を捨てると不法投棄として犯罪になります。
※②法律で定められた基準に適合しない焼却炉や野外でゴミを燃やすと野焼きとして犯罪になります。
◎丹後保健所管内では、平成16年中に不法投棄や野焼き行為等で計16件17人が検挙され、違反者はきびしく処罰されています。
「不法投棄」「野焼き」情報があれば、保健所・市町・警察に連絡してください。
※①5年以下の懲役若しくは1千万円以下の罰金、又は併科。法人の場合は1億円以下の罰金が重科
※②5年以下の懲役若しくは1千万円以下の罰金、又は併科。

ふぐの素人調理はやめてください！

京都府内におけるふぐの調理や販売等は「ふぐの取扱い及び販売に関する条例」により規制されています。

条例では、いわゆるサンキュウふぐ(シロサバフグ)も規制の対象となっています。サンキュウふぐは、この近海では無毒とされていますが、季節や海域によっては有毒化することがあります。また、有害なドクサバフグとの見分けも困難ですので素人の調理は危険です。

釣りあげたふぐでも、専門知識を持ったふぐ処理師がいる「ふぐ取扱業の認証施設」で調理を依頼してください。

次のことは、府条例で禁止されています。

- ① ふぐ処理師でない者が、ふぐの処理(有毒部分の除去等)を行うこと。
② 未処理ふぐを一般消費者に販売すること。
③ ふぐの有毒部分の調理、加工、販売、授与すること。

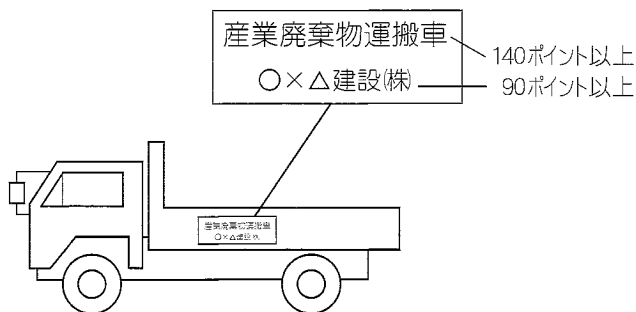
産業廃棄物を運搬される方へ

廃棄物処理法の改正により平成17年4月1日から産業廃棄物を運搬する場合には、①運搬車両への表示、②書面の備付けが義務付けられます。

自己の産業廃棄物を運搬する場合の基準(注)

- ①運搬車両への表示
車両の両側面に次のことを表示する。
○「産業廃棄物運搬車」の文字
文字の大きさ：140ポイント(約5.0cm角)以上
○事業者の氏名又は名称
文字の大きさ：90ポイント(約3.2cm角)以上
②書面の備付け
車両に次の内容を記載した書面を備え付ける。
○氏名又は名称、住所
○運搬する産業廃棄物の種類、数量、積載日
○積載した事業場の名称、所在地、連絡先
○運搬先の事業場の名称、所在地、連絡先
(注) 産業廃棄物収集運搬業者が運搬する場合の基準は、別に定められています。

(表示例)



「不法投棄や野焼きをしない。させない」

あなたの「やる気」を応援しています!!

担当 福祉室

高等学校奨学金等

市町村民税非課税世帯であって、母子世帯などの一定の条件に該当する世帯のお子さんが高等学校等に修学されるときに支給されます。

◆申請期限 平成17年6月30日(木)

技能修得資金

定められた基準に満たない収入の世帯のお子さんが技能修得施設(看護学校など)に修学されるときに支給されます。

◆申請期限 第1次:平成17年3月18日(金)
第2次:平成17年4月19日(火)

◆申請書の提出先 丹後保健所・市役所・町役場
★他の制度による奨学金制度を受けておられる場合は該当しないことがあります。なお、定められた期限以降についても随時分として受け付けています。
詳しくは、丹後保健所 福祉室まで

こんな時は保健所へ

タイトル	内容・時間	3月	4月	5月
一般健康診断(有料) (第1月曜日)	検尿、血圧、X線などの検査。診断書を作成します。13:00~14:30	7	4	2
エイズ相談(無料・予約制) (毎週水曜日(匿名可))	エイズの相談及び検査 9:00~11:00	2,9,16, 23,30	6,13, 20,27	11,18 25
C型肝炎検査(有料・予約制) (毎週水曜日)	C型肝炎検査 9:00~11:00	2,9,16, 23,30	6,13, 20,27	11,18 25
骨髄バンク登録(予約制) (毎週水曜日)	骨髄バンク登録 9:00~11:00	2,9,16, 23,30	6,13, 20,27	11,18 25
栄養相談(無料・予約制) (第1月曜日)	肥満、糖尿病、高脂血症などの相談 13:00~15:00	7	4	2
子育てサポートカウンセリング (予約制)	子育てに悩む母親を対象に臨床心理士による カウンセリング	16	6,20	18
丹後子どもの心のケア相談室 (予約制)	臨床心理士と小児科医による不登校など子ども の心のケア相談	3	7,21	19
精神保健福祉相談(予約制)	心の健康に関する相談 場所 宮津総合庁舎別棟(13:00~16:00) 丹後保健所(13:00~16:00)	2,17 11,28	8,25 4,21	13,28 9,19
こども(発達)クリニック (予約制)	乳幼児の身体の発育・発達相談 場所 宮津総合庁舎別棟(13:00~16:00) 丹後保健所(13:00~16:00)	7,22 9,30	12 13,27	2,10 11,25
児童発達相談(予約制)	児童相談所の心理判定員等による発達の診断 と相談 場所 宮津総合庁舎別棟 丹後保健所	8 14	18 11,25	16 9
犬・猫の引取り (3月までは毎週火曜日) (4月以降は毎週金曜日)	飼えなくなった犬・猫を保健所で引取ります。 9:00~11:00(各市町でも引取りしています。詳細は保健 所までお問い合わせ下さい。)	1, 8, 15,29	8,15,22	6,13, 20,27
飲料水検査	毎月1回。電話予約(0772-62-1361)が必要です。			

一人ひとりの「心づかい」が川や海を守ります。

巡回就労相談の実施

担当 福祉室

★京都在住の母子家庭等の方を対象に
就職についての個別の相談を行います★

日時:平成17年3月15日(火)

午前10時~12時 午後1時~4時30分

会場:丹後保健所

申込:母子家庭等自立支援センター

電話 075-252-6010

◎就労に関して不安や悩みを抱えている方ずはお電話を

結核予防法が改正されます

担当 保健室

★平成17年4月1日から乳幼児のBCG接種の
法・対象が次のとおり変わります。

◆ツベルクリン検査が廃止されて、BCG直接
接種になります。

(現行) → (改正後)

4歳未満 → 生後6ヶ月に達するまでの期間

◆4歳児未満でBCG未接種のお子さんは、平成17年3
月末までに接種を受けましょう。平成17年4月1日
以降になると、生後6ヶ月以上の方は任意接種(有料)と
なります。お問い合わせは市役所・町役場保健センターへ
BCG接種は乳幼児が結核菌に感染した場合の重症化を防
ぐものです。