

健康あんぱち 21

冬の食中毒にご用心

食中毒といえば夏場に多いイメージですが、実は冬にも多く発生しています。その理由としては、冬場に発生する食中毒は、“細菌”ではなく“ウイルス”が原因だからです。

特にこの時期、牡蠣などの二枚貝による“ノロウイルス”感染がとても多くなります。ノロウイルスは非常に感染力が強く、一旦感染してしまうと、その患者からの飛沫感染や手からの接触感染で瞬く間に広がってしまいます。このウイルスは、アルコール消毒では効果的に殺すことができないので、こまめな手洗いとウイルスに負けない体調管理が大切です。また加熱することで死滅させることができるので、生食を避け、85℃以上で1分以上かけて火を通してから食べるようにしましょう。

そしてノロウイルスだけでなく、インフルエンザウイルスも流行する季節ですので、手洗い・うがいやマスクの着用などの予防にも心がけ、自分の健康は自分で守りましょう。



子宮頸がん検診を受けられましたか？

子宮頸がん検診の受診期間は、2月28日（金）までとなっています。安八町に住民登録がある満20歳以上の女性で希望される方は、今月中に受診しましょう。

また町指定医療機関（神戸町・高田医院）以外において受診された方は、助成金の申請が3月28日（金）までとなっていますので、手続きはお早めにお済ませください。まだ、お済みでない方は、次の書類を持って保健センターにて申請してください。

【助成の方法】

- ◆対象者 町指定医療機関以外において受診された満20歳以上の女性の方
- ◆必要書類 ①検診（保険診療外）の領収書
②検診の申請書または、助成金振込先の分かるもの（口座通帳など）
③印鑑

県民公開講座のご案内

お口の健康についていっしょに考えてみませんか ～口内炎？ひょっとして口腔がん？～

口腔がんは、がん全体の1～3%と多くないものの、「食べる」「飲む」「話す」「呼吸する」などの口腔の機能が妨げられ、QOLが著しく低下し、直接命にかかわる重大な疾患です。口腔がんには喫煙や飲酒、口腔内の清掃不良状態、虫歯や不良な義歯・補綴物などによる慢性化した機械的刺激、熱い食べ物や辛い刺激物、または栄養不良やウイルスなどが関係しています。口腔がんを早期発見・早期治療することにより、がんによる死亡率を軽減し、口腔の機能障害を予防しましょう。

- ◆日時 2月23日（日）午後1時30分～3時30分
- ◆場所 ホテルグランヴェール岐山 2階 カルチャーホール
- ◆演題 「口の中が気になるけれど」 式守 道夫 先生
「手術前後の口腔ケアの効果とその大切さ ～早期回復退院のための秘訣～」 長縄 吉幸 先生
- ◆申込方法 2月17日（月）までに、岐阜県歯科医師会内「口腔がん対策推進会議 講演会」係へ参加希望日時、住所、電話番号、氏名、ご職業を記入のうえ、FAX（058-276-1722）またはE-mail（office@gifukenshi.or.jp）にてご連絡ください。