保健　保健師だより

■問い合わせ　保健福祉課　健康増進係　☎476-1111（131）

感染性胃腸炎に注意しましょう。

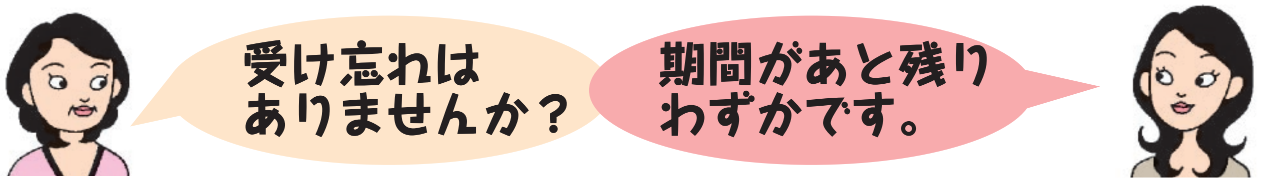
ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は特に冬季に流行し，今年も増加しています。ノロウイルスは手指や食品などを介して，経口で感染し，嘔吐・下痢・腹痛・発熱などを起こします。一般的に健康な方は軽症で回復しますが，子どもや高齢者・免疫力の低下した方などは重症化することもあります。ノロウイルスにはワクチンや有効な薬剤がなく，治療は点滴などの対症療法に限られます。したがって，感染しないように下記のような予防対策を徹底しましょう。

①患者の便や嘔吐物にウイルスが排出されるので，特に食事や調理の前後，トイレや汚染物の処理後には，流水と石けんで手洗いを行い，ウイルスを洗い流すことが大切です。
（症状が改善したあとも１週間～１ヶ月はウイルスの排出が続くこともあります。）

②ノロウイルスの消毒には，エタノールや逆性石けん（洗浄作用は弱いが，強い殺菌力があり医療消毒などに用いられる。）はあまり効果がないと言われています。ウイルスに汚染した物や場所を消毒するときは,次亜塩素酸ナトリウム（家庭用塩素系漂白剤:ハイター,ブリーチなど）や熱湯（８５℃以上）で１分以上の加熱が有効です。また，消毒や洗濯できないものなどは高温乾燥やスチームアイロンも効果的です。（次亜塩素酸ナトリウムを手指など体の消毒には，使用しないでください。）

③ノロウイルスは乾燥すると空気中に漂い，口に入って感染することがあります。嘔吐物などを処理するときは，マスクの着用と換気を行い，使用したマスクや手袋、ペーパータオルなどはビニール袋に入れ，密封して処分するようにしましょう。

④カキなどの二枚貝を食べるときには，中心部まで十分に（８５℃以上で１分以上）加熱しましょう。また，使用した調理器具も洗浄・消毒を行いましょう。



2月まで子宮・乳がん検診が病院で受けられます！

平成22年度の子宮・乳がん検診の集団検診は11月に終了しましたが，都合により集団検診を受けられなかった方のために，今年度から病院でも町の一部助成で，子宮・乳がん検診を２月末まで受けられるようになりました。

また，乳がん検診につきましては，相良病院の検診車が大崎町に来て，一日の脱漏検診を実施することになりました。ぜひこの機会をお見逃しなく，ご自分のために検診を受診しましょう。

相良病院の乳がん検診追加実施決定！

場　　所：大崎町保健センター
日　　時：平成23年2月27日（日）10：00～15：00
対 象 者：平成22年４月以降に乳がん検診を受診していない40歳以上の女性
検診内容：問診とマンモグラフィ（40歳代は二方向撮影，50歳以上は一方向撮影）
料　　金：40歳代：2,500円，50歳以上：1,500円
申し込み方法：必ずお電話でお申し込み下さい。完全予約制です。
申込受付期間：平成23年１月25日（火），26日（水），27日（木）
受付時間：午前　9：00～12：00　午後１：00～5：00
申し込み先：博愛会　相良病院　健診事業部
TEL：099-224-1821