平成２３年１１月発行

秋田県平鹿地域振興局 福祉環境部

いでは福祉環境だより

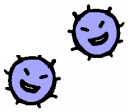
（横手保健所）TEL 32-4005　（南福祉事務所）TEL 32-3294
〒013-8503　横手市旭川１丁目３－４６
ＵＲＬ　http://www.pref.akita.lg.jp/hira-fuku/
E-mail　hiraka-we@pref.akita.lg.jp

「いでは」とは、昔この地域が「出端」、のちに「出羽」と称されたことにちなみ、語源とその文字から「最先端」「フロンティア」「羽ばたく」というイメージを重ねた造語です

食中毒から身を守る！

平成２３年春、焼き肉店でユッケを食べた人が腸管出血性大腸菌Ｏ－１１１に感染し、死亡するという事件が起こりました。食肉の生食や加熱不十分な食肉等を原因とした食中毒は毎年発生しています。

また、食中毒の原因は食肉だけではありません。正しい予防策を実行して、食中毒から身を守りましょう。



～食品の安全・安心のために～

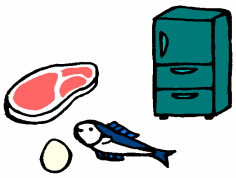
食中毒予防の三原則

つけない
（清潔）

★基本は手洗い！
★調理器具の洗浄・殺菌
★調理室内の整理整頓
★害虫の発生予防

ふやさない
（迅速・冷却）

★正しい温度管理
★速やかな調理、
早めに食べる
★作り置きはしない



冷蔵庫は10℃以下　冷凍庫は-15℃以下

やっつける
（殺菌・加熱）

★十分な加熱（75℃・1分以上）
※ノロウイルスによる食中毒防止は、85℃で1分以上加熱。

お肉を食べるときは…

ポイント１：お肉を焼くときは、十分に加熱しましょう
ポイント２：お肉を焼くときの箸と、食べるときの箸を使い分けましょう
ポイント３：お肉を扱った手や調理器具は十分に洗浄・消毒しましょう
ポイント４：高齢者や子ども、持病のある人は生肉を食べるのは控えましょう

＜お問い合わせ先　環境指導課　４５－６１３９

ストップ！！　受動喫煙

受動喫煙とは・・・

　たばこの煙を、自分の意志とは関係なく吸い込むのが　“受動喫煙”です。
たばこを吸わない人が、知らないうちに煙を吸わされている状態は、
健康面、社会面で問題となっております。
受動喫煙の害を知って防ぎましょう。

この煙のことです

受動喫煙はどんな害があるの？

まわりの人の健康に害をおよぼします。

1．たばこの有害物質は立ち上る煙に多く含まれているため、健康を害する危険度が高い。
　　（有害物質：ニコチン、タール、一酸化炭素など）

2．ヘビースモーカーの人の妻は肺がんリスクが高い。
　肺がんによる死亡率が１．９倍。

女性は、
男性より
たばこの害
が大きい！

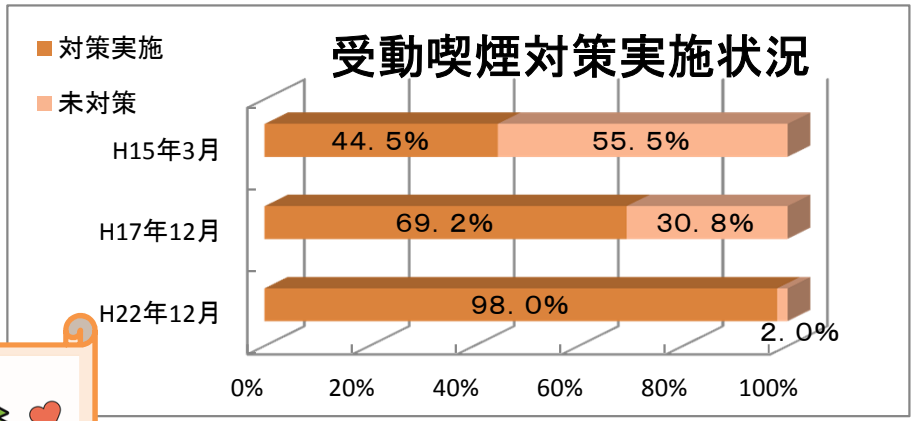
3．子どもの肺炎や気管支炎、気管支喘息の発病の危険性。
　受動喫煙にさらされている子どもは呼吸器系の病気になる割合が高い。

4．妊娠中の女性は胎児に影響する。
　流産、死産、低出生体重児の原因となる。

時代は受動喫煙防止対策です

禁煙、分煙
喫煙マナー
防煙・・・

　Ｈ２２年、横手地域の公共施設や事業所を対象に受動喫煙防止に関する調査を実施しました。
　右の図は、Ｈ１５年、Ｈ１７年に秋田県が実施した調査と比較したグラフです。
　年々、受動喫煙防止対策が進んできていることがわかります。



受動喫煙対策に
ご理解とご協力を

お問い合わせ先　　健康・予防課　３２－４００６

たばこに関するクイズをやってみよう

問題

○、×で答えてください。

1．秋田県の男性喫煙率は全国平均より高い
2．たばこを吸うと肌のしみやしわが増える
3．たばこを１本吸うと、寿命が５分短くなる
4．「ライト」たばこの方が身体への悪影響が少ない
5．受動喫煙防止には、空気清浄機を使うのがよい

（答えはこのページの下にあります）

（出題と答え：秋田県、秋田県医師会、秋田・たばこ問題を考える会）

禁煙したくても自分だけではなかなかできない方へ

禁煙外来を活用してみよう

健康増進法では、
喫煙が及ぼす健康への悪影響を防ぐために受動喫煙防止を推進しています。

もみ殻燃焼は周辺環境に十分な配慮を！

もみ殻の燃焼、燻炭製造による煙が、周辺住民の健康を損なう場合があります。

営農上、やむを得ず行わなければならない時は、周辺環境に十分に配慮してください。

なお、圃場（田んぼ）やあぜ道等での野焼き同然の燃焼行為等は、中止を指導することがあります。

環境指導課　45－6139

12月1日世界エイズデー

★エイズの蔓延を防ごう
★感染者・エイズ患者に対する差別・偏見をなくそう

☆出張検査・相談のお知らせ☆
●日　時
１２月４日（日）
10:00～15:00
●場　所
秋田ふるさと村
正面玄関
●検査は無料！
匿名でもOKです。

レッドリボン

何問正解したかな？

（クイズの答え）
1．○・・・秋田県は37.4%、全国は33.1%（2010調査）
2．○・・・たばこ１本でビタミンC25mgが消失
3．○・・・１日20本×１年＝28日の損失
4．×・・・「ライト」だからといって少ないとは言えない
5．×・・・たばこの煙はキャッチできるが、有害物質は除去されない

お悩み・ご相談はありませんか？

健康・医療・福祉・食品・環境などの相談窓口をご利用ください。

横手保健所（代表） 32−4005　南福祉事務所（代表） 32−3294

●一般健康相談

●エイズ相談・即日検査 （※検査は要予約）

【検査日】

《横手保健所》 毎月第1水曜日　10:00～11:00
〃　17:20～19:00（夜間は奇数月のみ）
《大仙保健所》 毎月第3水曜日　9:00～11:00
〃　17:30～20:00
《湯沢保健所》 毎月第4火曜日　10:00～11:00
〃　17:30～19:00（夜間は偶数月のみ）

●B型肝炎・C型肝炎相談・検査 （※検査は要予約）

【検査日】毎月第1水曜日　9:00～11:30

●骨髄バンクドナー登録 （※要予約）

【登録日】毎週水曜日　10:00～11:00

●感染症に関する相談

インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症について

健康・予防課 直通
３２−４００６

エイズ相談・即日検査は、
他の保健所でも受けられます。
大仙保健所　0187-63-3404
湯沢保健所　0183-73-6155

●精神保健相談（精神科医による相談　※要予約）

【相談日】 毎月第2・第4水曜日 13:00～15:00
※保健師による相談は随時行っております。

●女性相談

配偶者の暴力、女性のさまざまな不安や悩みについて

企画福祉課 直通
４５−６１３７

●食品衛生相談

食品衛生や食の安全、食品表示に関することについて

●動物愛護管理相談

犬や猫などのペットに関することや苦情について

●環境公害相談

環境衛生や公害、廃棄物などについて

環境指導課 直通
４５−６１３９

１１月は・・・

子どものSOSが聞こえますか？

児童虐待防止 推進月間です

オレンジリボン

守るのは
気づいたあなたの　その勇気

秋田県南児童相談所　0182−32−0500

オレンジリボンとは・・・・・子どもを虐待から守るメッセージリボンのこと

まずはご相談ください。

DV防止 推進月間です

DV＝ドメスティック・バイオレンス

夫や恋人からの
暴力に
「私も悪いから」と
あきらめていませんか？

児童・生活保護班　32−3294