

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

かかりつけ医をもちましょう

病院完結型 から 地域完結型 へ医療は変わってきています。

「かかりつけ医」とは、日常の診療や体調管理をしてくれる身近なお医者さんのことをいいます。かぜなどのちょっとした病気の際は、身近なかかりつけ医を受診し、高度な治療や精密検査が必要な時は、適切な病院を紹介してもらい、症状が安定したらかかりつけ医に戻って体調を管理する。このような地域完結型の医療は、より安心した医療の提供につながります。

横手市内の病院、医院・クリニックでは下図のような連携に少しずつ取り組んでいます。

急な病気や健康不安を感じた時に、気軽に相談できるかかりつけ医を持つことをおすすめします。

医院・クリニック (かかりつけ医)

- ・日常の診療や相談
- ・症状に応じて他の医療機関を紹介
- ・病院の診療を終えた後の体調管理

紹介

逆紹介

病院 (専門医)

- ・紹介を受けて、必要な検査や治療
- ・症状が安定してきたらかかりつけ医を紹介

かかりつけ医のメリット

- ・専門医を紹介してくれる
- ・健康状態を把握しているので、素早い対応、早期発見・早期治療
- ・日常の健康管理のアドバイスをもらえる。



かかりつけ医を決めるポイント

- ・気軽に相談できる
- ・よく説明してくれる
- ・近くにいて連絡しやすい
- ・自分との相性がよいと感じる

県のホームページで県内の医療機関の場所や診療時間情報を紹介しています。

秋田医療情報ガイド

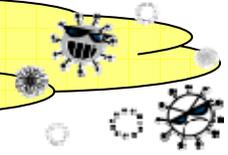
<URL:<http://www.qq.pref.akita.jp>>

県民一人一人の協力がよりよい医療を築きます

インフルエンザに気をつけよう！

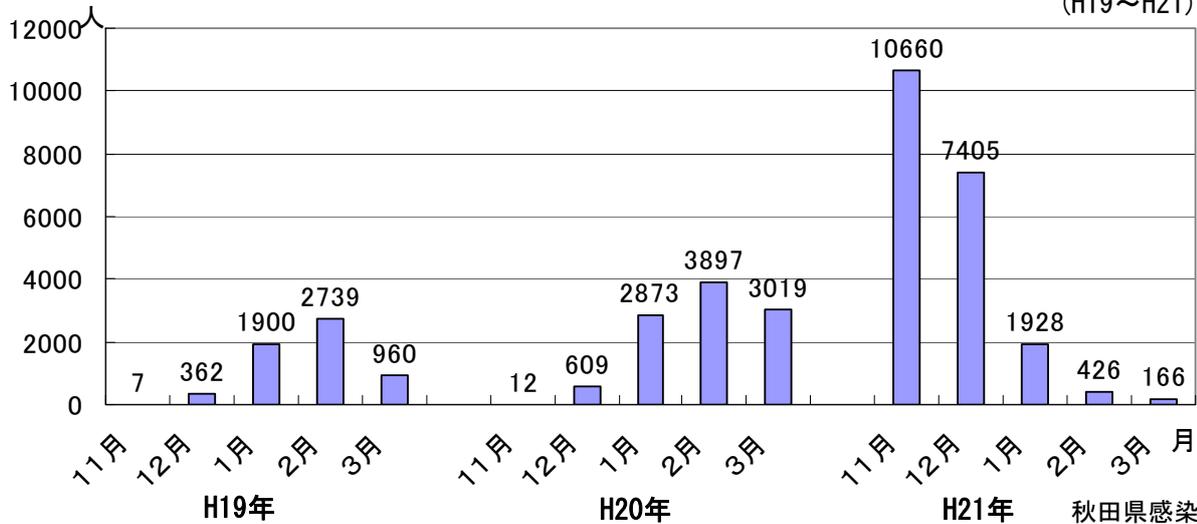
昨年猛威をふるった新型インフルエンザの流行はいったん終息しましたが、インフルエンザは秋冬にかけて流行する傾向にあります。主な症状は、38度以上の高熱、筋肉痛や関節痛などです。予防接種やうがい・手洗いの徹底等、早めに予防対策をとりましょう。

例年、1～3月が流行期ですが、昨年は11月にピークを迎えました。寒くなる時期は要注意です。



秋田県のインフルエンザ定点あたりの患者報告数

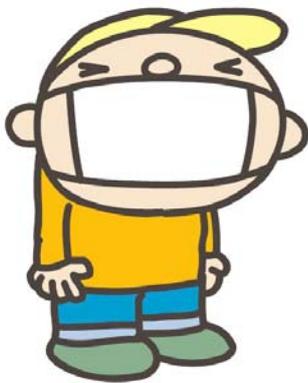
(H19～H21)



秋田県感染症発症情報

人にうつさない思いやり ひとひとの咳エチケット

しっかり予防対策



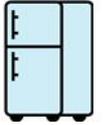
- ・ 咳やくしゃみのある時は・・・
 - マスクを着用しましょう。
 - マスクがない時は、ティッシュで鼻と口をおおい、他の人から顔をそむけ、1m以上離れましょう。
 - マスクもティッシュもない時は、袖口で鼻と口をおおきましょう。
- ・ 使用したティッシュは使用面を内側にしてすぐに捨てましょう。
- ・ おおったあとは、よく手を洗いましょう。

今シーズンの予防接種は、季節性のインフルエンザと新型インフルエンザをあわせたワクチンで、希望するすべての方が接種可能です。インフルエンザ予防接種の詳細については、横手市のホームページや、市報(10/15号)をご覧ください。

「うちエコ診断」受診家庭募集のお知らせ

「うちエコ診断」ってなに？

- 専門家(※1)があなたの家のエネルギー使用量を診断し、エコロジ度を判定します。
 - 各家庭の状況に合った省エネ対策を提案します。
 - 診断は、ご自宅訪問あるいは窓口(※2)にて行うことができます。(完全予約制)
- ※1:秋田県主催の認定講習会で、うちエコ診断のノウハウについて講習を受けたエネルギーの専門家(エネルギー供給会社職員や地球温暖化防止活動推進センター職員など)
※2:秋田県地球温暖化防止活動推進センター 県南デスク(横手保健所 環境指導課内)



受診するとどんなメリットがあるの？

ご自宅のCO2排出を徹底分析することで、「オーダーメイド型省エネ対策」をご提案します。そして、その効果的な省エネアクションをしていただくことで、家計もオトクになります。



申込み概要とお問い合わせ先

- 応募資格 : 省エネに取り組む意欲をお持ちの方ならどなたでもお受けいただけます。
- 診断料 : 無料
- 連絡先 : 下記窓口にお問い合わせ・お申込みください。



秋田県地球温暖化防止活動推進センター 県南デスク (横手保健所 環境指導課内)
TEL 080-4156-8309 E-mail acca.s.branch@eco-akita.org

12月1日は世界エイズデーです

エイズとは、エイズウイルス(HIV)に感染することで免疫機能が低下する病気です。免疫機能が低下すると細菌やウイルス、カビなどに対する抵抗力が落ち、様々な病気を引き起こしてしまいます。

患者さんは年々増えています！

こんなことでは感染しません。

- ・身体に触れる、握手をする
- ・同じ容器を使つての食事、まわし飲み
- ・咳やくしゃみ
- ・プールやお風呂、銭湯などの共同浴場
- ・蚊に刺される、ペットに噛まれる

昨年の新規感染者数は全国で1,029人、秋田県では0人です。しかし、検査を受けていない方や、自分が感染していることに気付いていない方がたくさんいるといわれています。

じゃ、どうやって感染するの？

感染原因の9割を占めています！
性行為時はコンドームの装着を徹底しましょう。

- ・性行為感染
精液や膈分泌液に含まれるHIVが性器や肛門、口を通して感染
- ・血液感染
汚染された注射針や、注射器での麻薬のまわし打ちによる感染
- ・母子感染
妊娠中の母親の胎内で、または出産時の出血による感染

検査は**無料・匿名**でできます。
なお、**12月7日は10～11時、13～17時まで**保健所において検査を受けられます。(要予約)
心配なことがありましたらぜひ一度検査を受けてみてください。



お悩みご相談窓口

健康・医療・福祉・食品・環境について専門職員による相談を随時行っております。
 横手保健所(代表) 32-4005 南福祉事務所(代表) 32-3294

【健康・予防課 直通 32-4006】

●エイズ相談・検査(※要予約)

横手 … 毎月第1火曜日 10:00~11:00
 // 17:20~19:00 (夜間は奇数月のみ)
 大仙 … 毎月第3水曜日 9:00~10:30
 // 17:30~19:30
 湯沢 … 毎月第4木曜日 10:00~12:00
 毎月第4水曜日 17:30~20:00 (夜間は偶数月のみ)

※梅毒、性器クラミジア、B型肝炎、C型肝炎も同時に検査することができます。

※上記日程は変更になることもあります。事前に必ず電話にてご連絡ください。

●B型・C型肝炎相談・検査(※要予約)

毎月第1火曜日 9:00~11:30

●骨髄バンクドナー登録(※要予約)

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

●その他の一般健康相談



【企画福祉課 直通 45-6137】

●精神保健相談(※要予約)

毎月第2・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

配偶者暴力や女性のさまざまな不安、悩みについて

【環境指導課 直通 45-6139】

●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

●環境衛生相談

環境衛生や公害、廃棄物などについて



DV防止推進月間

11月は…



DV(ドメスティックバイオレンス)とは、配偶者や恋人などの親密な関係にある者からふるわれる暴力のことをいいます。DVにはあらゆるかたちの暴力があります。また、子どものいる前で行うDVは児童虐待にあたります。

〔身体的暴力〕

殴る、蹴る、物を投げつける、髪を引っ張るなど

〔経済的暴力〕

生活費を渡さない、働かせない、借金を負わせるなど

〔精神的暴力〕

怒鳴る、無視する、侮辱する、メールをチェックするなど

〔性的暴力〕

性行為を強要する、避妊に協力しないなど

〔社会的暴力〕

外出や友人とのつきあいを制限するなど

〔子どもを利用した暴力〕

子どもを取りあげる、子どもに配偶者を非難させるなど

DVは重大な人権侵害です。

DVでお悩みの方は、ぜひご相談ください。

子どものSOSが聞こえますか？

児童虐待防止推進月間



見すごすな
幼い子どもの SOS

南児童相談所 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