

保健所だより

東京都島しょ保健所三宅出張所 〒100-1102 東京都三宅島三宅村伊豆1004番地
TEL.04994(2)0181 FAX.04994(2)1009

レジオネラにご注意!

全国で散発する入浴施設でのレジオネラ症患者の発生事例

平成21年岐阜県のホテルの温泉施設(8人感染)

平成23年横浜市のスポーツクラブの入浴施設(9人感染)

平成24年埼玉県の日帰り温泉施設(9人感染)

平成24年山形県の旅館の入浴施設(3人感染)

平成25年船橋市の公衆浴場施設(1人感染、1人死亡)

レジオネラ症とは、レジオネラ属菌に汚染された目に見えない細かな水滴(エアロゾル)を吸い込むことで起こる細菌感染症です。平成14年には、宮崎県の大温泉入浴施設において、入浴客の

中から300人を越える患者が発生し、7人が死亡する集団発生事例もあります。平成20年以降、毎年全国で700名を超えるレジオネラ患者が発生しています。

どんなところにいるの?

このレジオネラ属菌は、土壌や河川、湖沼など自然界一般に広く生息している細菌で、36℃前後が増殖に最も適した温度です。繁殖するためにアメーバーなどの原生動物に寄生し、他の細菌や藻などから栄養を吸収して増殖します。

循環式浴槽(家庭用ジェットバスを含む)、水冷式冷却塔、貯湯槽、加湿器など、温かい水が長期間滞留循環する設備でレジオネラ属菌が検出されることが多

く、乳幼児や高齢者、病气などで抵抗力の弱った人に感染しやすくなります。人から人へは感染しません。

どうやって予防するの?

レジオネラ感染予防の方法は、まずは、レジオネラ属菌が常に共生しているアメーバー(ぬめり)を増やさないようにすることが大切です。お湯を循環する入浴設備のあるご家庭や入浴施設では次の点に注意してください。
①お湯を繰り返し使わない。
②塩素剤でお湯の消毒をする。
③循環する配管内の洗浄消毒をする。

ご不明な点があれば、保健所に相談ください。



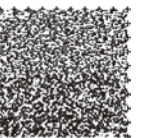
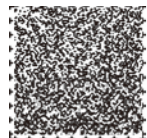
新年、あけましておめでとうございます。
三宅村並びに御蔵島村の皆様方には、今年がよい年であることを祈念いたします。また、日頃の島しょ保健所および三宅出張所の取り組みにご理解・ご協力をいただいていることに対し感謝申し上げます。
さて昨年は、台風26号による災害で大島に多大な被害もたらされました。被災によりお亡くなりになった方々に深く哀悼の意を表します。島しょ地域は毎年台風が到来することから、内地以上に風水害に対する備えをしているところです。しかし、800ミリメートルを超える雨量は、想定をはるかに超えるものでした。その後のフィリピンを襲った台風30号

による波浪被害もかつてないものだったようです。私たちは、想定を超えた津波による大被害がもたらされた東日本大震災を教訓化して、新たな災害対策に取り組んでいるところでしたが、改めて自然環境の変化を踏まえた備えの必要性を肝に銘じております。
一方、島しょ保健所は三宅村、御蔵島村の皆様のご協力も頂きながら、新たな「島しょ地域保健医療推進プラン」を策定いたしました。昨秋の町村幹事会などを通して島民の皆様のご意見をいただき、平成29年度までの保健医療に関する計画を作ることができました。間もなく、皆様のお手にとったいただけますので是非ご覧になり、それぞれの分野で活用していただきたいと思います。

今年も島しょ保健所および三宅出張所職員は、一丸となって、皆様の健康づくりの推進や食品・環境衛生の向上に努めてまいりますので、よろしくお願いたします。

平成二十六年 元旦

島しょ保健所長兼
三宅出張所副所長
城所 敏英



お知らせ

- ◆小規模事業所および一般の地域住民を対象にした健康診断は、予約制になっておりますので、事前に電話等でご相談ください。
- ◆肝炎ウイルス検査も行なっています。事前に保健師にご相談ください。
- ◆便検査(赤痢・チフス菌・パラチフス菌・その他サルモネラ菌・腸管出血性大腸菌O157)

1月▶ 6日(月) 20日(月) 2月▶ 3日(月) 17日(月) 3月▶ 3日(月) 10日(月)

検査は有料です。

【連絡先】 島しょ保健所三宅出張所

TEL 04994-2-0181 FAX 04994-2-1009

月～金曜日9時00分から17時00分(祝・祭日は除く)

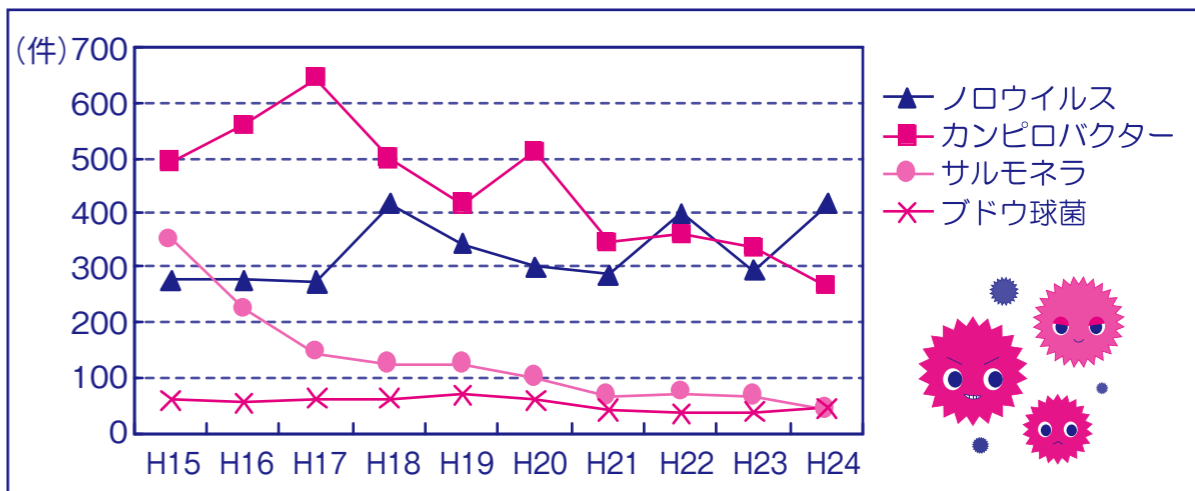
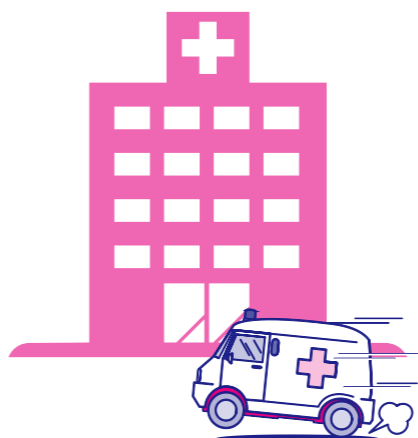


STOP

ノロウイルス食中毒

猛威を振るった
ノロウイルス!

平成24年に、全国で発生した食中毒事件は1、100件で、患者数は26、699人でした。そのうち、ノロウイルスを原因とする食中毒事件は416件、患者数は17、632人であり、事件数・患者数ともに一番多い結果となりました。また、事件数・患者数とも過去10年間で2番目に多くなっています。



ノロウイルスの
4つの特徴

- I. 1年間のノロウイルス食中毒患者の約半数が冬場に感染しています。
- II. 下痢やおう吐等の症状がなくてもウイルスを持っている人(健康保菌者)が多くいます。
- III. ヒトの体内でのみ増殖し、おう吐・ふん便とともに体外に排泄されます。
- IV. 感染力が強く、少量で感染する代表格のウイルスです。

後には、石けんをよく泡立ててこすり洗いし、流水できっちりすすぎましょう。2度洗いをを行うとより効果的です。



● **しっかりと加熱**

カキなどの二枚貝の生食や半生食は、食中毒にかかる可能性があります。しっかりと中まで火を通して調理しましょう。加熱は中心温度85℃で90秒以上が目安です。

● **調理器具等の消毒**

消毒には塩素系漂白剤を用いましょう。アルコールや逆性石けんはあまり効果がありません。



予防の基本は「手洗い」と「加熱」

● **きっちり手洗い**

食中毒予防には手洗いが最も重要です。調理前、食事前、トイレの

生き辛さを緩和するための飲酒

飲酒がやめられない理由

- うつ・孤独感を紛らわすため
- 不安・不眠を減らすため
- 人に頼れないのでお酒に頼るため
- 怒りや不満を抑えるため
- 暴力被害の恐怖・嫌な思い出を緩和させるため
- 集団で孤立しないため

アルコール依存症は命をも脅かす病気です!

肝炎や肺炎などの病気、生活習慣病、消化器系のがんなどの背景にアルコール依存症がある場合があります。世界保健機関(WHO)によると、アルコール依存症は60以上のもの病気や外傷の原因になると言われています。またうつ病などの背景にアルコール依存症がある場合があります。

相談・受診が不可欠です!

お酒で問題を抱えている場合、ご本人やご家族だけで抱え込まず、周囲に相談しましょう。

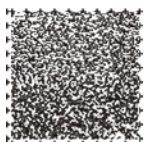
- ・友人、知人
- ・かかりつけ医
- ・日頃、関わってくれている支援者
- ・島しょ保健所三宅出張所

(04994-2-0181)

東京都立精神保健福祉セ

ンター

(03-3842-0946)



お酒と健康



年末年始は、お酒を飲む機会が多くなりますね。ついつい飲みすぎてしまうこともあるかと思いますが。多量の飲酒は私たちの心と体にどのような影響を与えるのでしょうか。

アルコール依存症は誰もがかかる病気です!

お酒の飲みすぎが習慣化すると、脳が変化し、やめようと思っても簡単にはやめられなくなってしまう。自分の健康だけでなく、家族との関係や仕事など、私たちが生きていく上で大切な物を失うこともあります。

【耐性の獲得】

- ・毎日飲むうちに酔えなくなる
- ・飲酒量が増える

【離脱症状】

- ・酒がないと眠れない
- ・イライラする、手足が震える 等

【コントロールの喪失】

- ・断酒・節酒に失敗している
- ・健康状態が悪化しているのにやめられない
- ・飲酒に多くの時間が費やされる

自殺・うつ病とも深い関係があります

自殺の背景には様々な危険要因が潜ん