

ほけん だより

長浜市保健センター（健康推進課）	保健センター高月分室（北部健康推進センター）
小堀町32番地3（ながはまウエルセンター1階） ☎65-7751（子育て、成人の相談） ☎65-7759（保健予防事業について） ☎65-7779（その他）	高月町渡岸寺160（高月支所西側） ☎85-6420

ノロウイルスによる感染性胃腸炎を予防しましょう

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。（ノロウイルス食中毒注意報が発令された場合は、ホームページでお知らせします）ノロウイルスは、手や食べ物を通して口から入り、腸の中で増え、下痢やおう吐などの症状を起こします。症状がある時は早めに医療機関を受診しましょう。

○手洗いをしっかりしましょう

石鹸で手指を30秒以上かけて丁寧に手を洗いましょう。手を拭くタオルは共用せず、ペーパータオルなどを使いましょう。

○食品の加熱は、中心部までしっかりと加熱しましょう（85度以上で1分30秒以上）

○調理器具は使用後に洗浄・殺菌しましょう

○下痢の便やおう吐等の処理は、換気を十分に行い、手袋・マスク着用で行いましょう



生活習慣病健診・国民健康保険特定健診は2月末まで医療機関で受診できます

生活習慣病は痛みなどの症状がないままに発病し、やがて脳梗塞や心臓病、腎臓病など大きな病気を起こします。日頃体調の変化はないのに、久しぶりに健診を受けると、血圧や血糖値が高くなっていたという人もいます。

生活習慣病健診(30～39歳の人)、国民健康保険特定健診(40～74歳の国民健康保険に加入している人)は、市内医療機関で2月末まで受診できます。まだ健診を受診していない人は、ぜひ身体の定期点検をしてください。

※年齢は平成30年3月31日時点

【料 金】1,000円

【持ち物】保険証、国民健康保険特定健診を受診の人のみ特定健康診査受診券

【申込み】電話で受診を希望する医療機関にお申し込みください。

子宮頸がん・乳がん検診を受けましょう

子宮頸がんは、頸部の細胞を採取する検診を受けることで、がんに変化する前の状態で発見することもできます。乳がんは女性がかかるがんの中で最も多いがんですが、早期に発見することで9割以上は治ります。

医療機関では、年間を通じて子宮頸がん・乳がん検診を実施していますので、ぜひ受診してください。

子宮頸がん検診

【対象年齢】20歳以上の女性

【検診時期】2年に1回

【申 込 み】

電話で受診を希望する医療機関に「長浜市が実施する子宮頸がん検診希望」とお申し込みください。

次のいずれかに該当する人は対象になりません

- 子宮について治療中の人、経過観察中の人
- 妊娠中・妊娠している可能性がある人、検診時に月経中の人
- 平成28年度に市の子宮頸がん検診を受けた人（平成29年度のクーポン対象者は除く）

乳がん検診

【対象年齢】40歳以上の女性

【検診時期】2年に1回

【申 込 み】

電話で下記までお申し込みください。

次のいずれかに該当する人は対象になりません

- 乳房について治療中の人、経過観察中の人
- しこり、乳頭からの分泌物があるなどの自覚症状がある人（検診でなく病院を受診してください）
- ※上記のほかにも対象外となる人がいます。申込み時に確認します。

問合せ

健康推進課(☎65-7759)

早崎内湖を再生しています

【環境保全課(☎65-6513)】

よみがえれ早崎内湖

内湖はびわ湖固有の動植物にとつて重要な場所ですが、干拓や埋め立てなどで次々と消失し、生物多様性の低下などの影響が現れてきました。

そのため県では、平成13年に干拓農地の一部で試験的に水を張り、内湖再生の可能性を探ってきたところ、在来魚種など多様な生物の生息を確認することができました。

県では、コハクチョウなど多くの野鳥が訪れ、ゲンゴロウブナなどの在来魚で賑わう早崎内湖をめざして、平成29年度から本格的な内湖化工事(平成37年度北区完成予定)を行っています。

早崎内湖再生保全協議会

平成15年に設立され、早崎内湖ビオトープの観察会や調査研究、普及活動などを実施しています。

これまでの活動の様子やイベントの開催案内は、協議会ホームページをご覧ください。
<http://r.goop.jp/hayazakinaiko>



▲早崎内湖ビオトープで泳ぐコハクチョウ

問合せ

滋賀県琵琶湖政策課

☎077-528-3463

年末年始の特別開館

【湖北野鳥センター(☎79-1289)】

湖北野鳥センターは、年末年始も左記の日程で開館します。

特別開館を記念して、各日先着200人に野鳥センター特製「湖北の野鳥絵はがき2枚セット」をプレゼント。

1年の締めくくりと新たな年の始まりを野鳥センターで過ごしませんか。

と き

12月29日(金)

12月30日(土)

1月2日(火)

1月3日(水)

【開館時間】

9時～16時30分



緊急事態！住宅火災による死者が急増しています

火気の取扱いに注意を

湖北地域管内において、昨年の10月からの約1年間に、住宅火災で11人もの尊い命が奪われています。原因は、石油ストーブ、電気ストーブ等の付近に、衣類などの燃えやすいものが置いてあり、引火することが多く、亡くなった人の大半が高齢者です。

火災の早期発見・早期避難のために、住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。

冬は暖房器具の使用が増え、空気が乾燥し火災が起りやすくなります。火気の取扱いには十分気をつけてください。



消防職員が皆さんのお宅にお伺いします

湖北地域消防本部では、高齢者世帯を中心に火災予防の啓発を行い、火災による死傷事故の発生を防ぐために「住宅防火訪問」を実施します。皆さんのご協力をお願いします。※消防職員は制服・制帽・腕章をつけています。



訪問時お話しする内容

- 家庭における火気取扱いの注意点
- 住宅用火災警報器に関すること
- 放火されない環境づくりに関すること
- その他、住宅防火に関すること
- ※消防職員が、住宅用火災警報器、消火器等の斡旋、販売をすることは一切ありません。

問合せ

湖北地域消防本部予防課(☎62-5194)