

# こんにちは YAMASHIROKITA HOKENSYO 山城北保健所です

No. **15**  
2011年9月

第15号 編集・発行 京都府山城北保健所 〒611-0021 宇治市宇治若森7-6 ☎0774・21・2191(代) FAX 0774・24・6215

## 「京都おもいやり駐車場」利用証制度を開始

近畿初



歩行が困難な方も安心して外出できる社会を目指します。公共施設や商業施設に設置されている車いすマーク駐車場の適正利用を進めるために利用証を交付します。



利用証使用イメージ▶



### 誰が利用できるの？

障害者、高齢者、けが人、妊産婦、難病患者などで、歩行困難な方や移動に配慮が必要な方（利用証の交付には、障害等級や母子手帳の所持など一定の要件があります）。



長期利用証  
(有効期限5年)



短期利用証  
(有効期限1年以内)



### 利用するにはどうすればいいの？

#### ■申請窓口

府民総合案内・相談センター（京都府庁内）、家庭支援総合センターまたは各府保健所  
※お住まいの場所にかかわらず上記いずれの窓口でも申請可能。



#### ■申請方法

要件が確認できる書類を持参の上、申請書を窓口へ提出。郵送申請も可。詳しくはお問い合わせください。

協力してね！



### 協力施設を募集

「京都おもいやり駐車場」利用証制度にご協力いただける施設を募集しています。登録窓口は利用証申請と同じです。

お問い合わせ：山城北保健所 福祉室 TEL 0774-21-2102 FAX 0774-24-6215



駐車場掲示ステッカー

## 9月はがん制圧月間です！がん検診を受けましょう！

現在、日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなると言われています。定期的ながん検診を受けることで、がんを早期に発見することができ、早期治療に結びつけることができます。女性の乳がん、子宮がん検診に加えて今年から大腸がんの無料クーポン制度が新たに加わりました。対象年齢など、詳しくはお住まいの市町村におたずねください。



**国民文化祭・京都2011** 国内最大の文化祭典  
みんなの力で成功させよう！  
京都府内全市町村で約70のフェスティバルを開催 平成23年10月29日(土) - 11月6日(日)



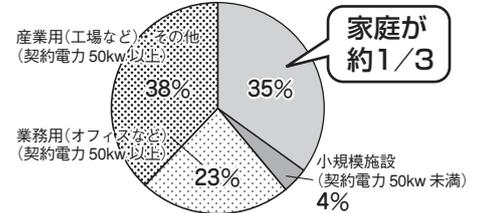
# 家庭における節電への取り組みのお願い

東日本大震災等の影響により、電力不足が深刻になっています。また、電力供給が改善されなければ、冬にかけても厳しい状況が続くことが予想されます。ご家庭では引き続き節電に取り組んでいただきますよう、ご協力をお願いいたします。

## 「我が家の節電対策」を作りましょう！

関西電力(株)管内の電力需要の内訳を見ると家庭が約1/3を占めており、家庭での節電、省エネ型のライフスタイルへの転換が求められています。少しの工夫のできる節電対策メニューの中から、家庭で取り組む項目をチェックし、「我が家の節電対策」を作りましょう。

### 電力需要の内訳



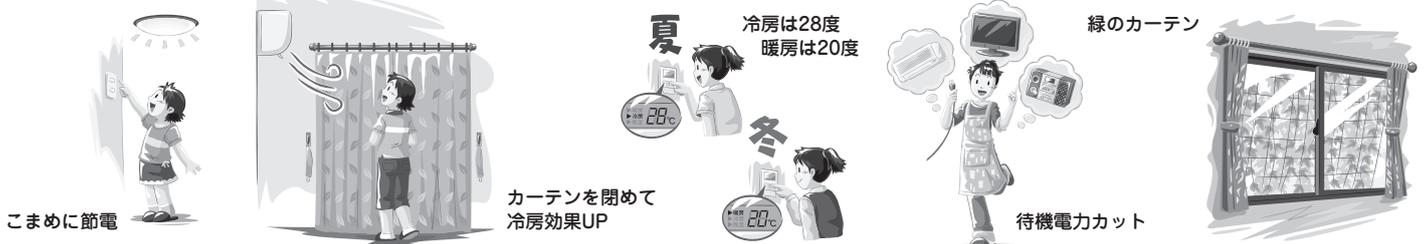
(出典：関西電力(株) 資料)

## 〈家庭の節電対策メニュー〉

取り組んでいただきたい節電対策メニュー		節電効果※		チェック
		削減率	削減消費電力	
<b>エアコン</b> 	設定温度は夏場28℃、冬場20℃を心がけましょう。 (夏場はエアコンの控え過ぎによる熱中症などに気をつけて、無理のない範囲で節電しましょう。)	10%	130W	<input type="checkbox"/>
		(設定温度を2℃変えた場合)		
<b>冷蔵庫</b> 	設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品をつめこまないようにしましょう。	2%	25W	<input type="checkbox"/>
<b>照明</b> 	日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らしましょう。	5%	60W	<input type="checkbox"/>
<b>テレビ</b> 	省エネモードにするとともに画面の輝度を下げ、必要な時以外は消しましょう。	2%	25W	<input type="checkbox"/>
		(標準→省エネモードにし、使用時間を2/3に減らした場合)		
<b>ジャー炊飯器</b> 	早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫に保存しましょう。	2%	25W	<input type="checkbox"/>
<b>待機電力</b> 	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜いておきましょう。	2%	25W	<input type="checkbox"/>
<b>温水洗浄便座 (暖房便座)</b> 	便座保温・温水のオフ機能、タイマー節電機能を利用するか、またはコンセントからプラグを抜いておきましょう。	1%未満	5W	<input type="checkbox"/>
<b>台 計</b>		<b>%</b>	<b>W</b>	

出典：資源エネルギー庁ホームページ (<http://seikatsu.setsuden.go.jp/>)

※節電効果の記載値は、在宅世帯の日中の平均的消費電力(14時：約1200W)に対する削減率と消費電力の目安です。(資源エネルギー庁推計)



「ストップ！地球温暖化」 かけがえのない地球を未来の子どもたちへ

# 薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」



～ 薬物乱用防止教室を開催しました。～

京都府「薬物乱用防止情報センター」

<http://www.pref.kyoto.jp/yakurancenter/index.html>



京都府では「薬物乱用のない社会づくり『きょうとふプラン』」で、薬物乱用の誘惑に負けない青少年を育成する目標を掲げています。

このため、夏休み前に北城陽中学校で薬物乱用防止教室を開催し、京都府薬物乱用防止指導員による説明や薬物を勧められた時の断り方を「ロールプレイング」により体験していただきました。

参加者から「断り方がよくわかりよかった。」「万一誘われてもしっかり断ろうと思った。」「身近な人にも「薬物乱用ダメ。ゼッタイ。」を伝えていこうと思った。」等の数々の声をいただきました。



## くすい情報トピックス＝医薬品個人輸入ご注意＝

個人輸入できるタイ製の「やせ薬」で、死亡を含む多くの健康被害が発生しています。健康被害が疑われる場合は速やかに医療機関で受診するとともに、最寄りの保健所等に連絡してください。

商品名：「MDクリニックダイエット」、「ホスピタルダイエット」

厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/kinkyu/diet/jirei/030902-1.html>

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r9852000001hzxy.html>

## 腸管出血性大腸菌O157、O111などの食中毒にかからないために 肉の生食はやめまじょう！



今年、富山県等で発生した腸管出血性大腸菌O111による食中毒事件では、肉を生で食べた方4名が亡くなられ、重症者も多数報告されています。

牛、豚や鶏などの生肉や生レバーは腸管出血性大腸菌やカンピロバクターなどいろいろな食中毒菌に汚染されているおそれがあります。

特にお子さんやお年寄り、抵抗力が弱い方は、命に関わってくる危険性もありますので、生肉、生レバーやタタキなど加熱不十分な肉料理を食べないように注意してください。

バーベキューなど肉料理がおいしい季節です。生のお肉は専用の「はし」「トング」を使い十分加熱しておいしく安全にいただきましょう。



不正な大麻・けしを見かけたら、保健所または警察署へお知らせください!!

# — 9月24日～30日は結核予防週間です —

(「体がだるい?」「咳が治らないの?」それって結核かも...)

結核は、日本で重大な感染症。過去の病気ではありません。  
 現在でも、全国で1日に68人の新しい患者が発生し、6人が死亡している重大な感染症です。  
 結核に関心を持ち、正しく知ることが予防への第一歩です



## 結核の症状は?

結核に固有の症状は、ありません。  
 初期症状は咳や痰などのかぜ症状に似ているため、単なるかぜと思われ、発見が遅れてしまうことがあります。  
 また、高齢者では、症状が出にくい場合があり、いつもと様子が違う場合は注意が必要です。早期発見は、本人の重症化を防ぐためだけでなく、大切な家族や周りへの感染を防ぐためにも重要です。  
 下記の症状がある時は、早めに医療機関を受診し胸部エックス線検査などの検査を受けましょう。

**長引くせき**  
 (2週間以上)  
**タンガでる**

**長引く倦怠感**  
 体がだるく、  
 活力が出ない。

**長引く微熱**

**体重減少**

## — 1年に1度、定期健診(胸部X線検査)を受診しましょう —

(結核は、早期発見・早期治療が大切です。)

## 不妊治療費用の助成が拡大しました!



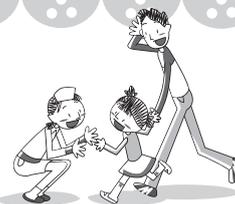
従来的一般治療に加えて、新たに平成23年4月以降の「人工授精」も対象になりました。人工授精を含む治療には、助成の上限額が年額10万円に引き上げられました。  
 申請される方は、治療終了後に、必要書類を各市町村担当課へご提出ください。

## 山城北地域では受動喫煙ゼロをめざして「全面禁煙施設」を募集します!!

きょうと健康長寿推進山城北地域府民会議では、公共施設をはじめ、多くの方が利用される施設の禁煙化を一層進めていくため、「施設内全面禁煙」に取り組んでいる施設を募集し、情報提供します。「全面禁煙宣言」のあった施設については、山城北保健所ホームページ等で広く公開します。  
 ★対象施設は公共施設及び飲食店等です。ぜひ、全面禁煙に取り組まれている施設は申請して下さい★詳しくは、山城北保健所ホームページへ

**【問い合わせ・申請先】**  
 (事務局)京都府山城北保健所 保健室 健康支援担当  
 住所 〒611-0021 宇治市宇治若森7-6  
 電話 0774-21-2192 FAX 0774-24-6215

## 小児医療講座2011のご案内



- 日時**  
平成23年11月19日(土)  
午後2時30分～午後5時
- 場所**  
京都府宇治総合庁舎 大会議室  
アクセス：JR宇治駅から南西へ約300m  
住所：宇治市宇治若森7-6
- 内容**  
講演「子どもの急な病気の話  
～いざというとき慌てないために～」  
医療法人社団石鎚会 田辺中央病院  
副院長 兼 小児科部長 おおみ その よしかず 近江園 善一 先生  
乳幼児を持つ父親・母親に、急な発熱などのときに慌てず対処できるような知識を身につけていただきます。  
講演後、質問コーナーを設ける予定です。
- 申込先**  
山城北保健所 企画調整室(0774-21-2199)
- 保育ルーム**  
人数に制限があります。平成23年11月11日(金)までにお申し込みください。  
\*生後6ヶ月以上就学前までのお子さまが対象

