

# はつらつ



発行：松江保健所

## 難病医療費助成の対象となる疾病が増えました

今年の1月1日から、「難病の患者に対する医療等に関する法律」が施行され、110疾患が医療費助成の対象になりました。また、7月1日より196疾患が追加され、306疾患が対象となります。

### ○難病とは

- ・発病の機構が明らかでなく
  - ・治療方法が確立していない
  - ・希少な疾病であって
  - ・長期の療養を必要とするもの
- このうち、患者数が一定の人数に達しておらず、診断基準が確立しているものが医療費助成の対象となります。

### ○特定医療費助成制度

- 対象の疾患は医療費の助成制度を受けることができます。
- ただし、申請には医師の記載する臨床調査個人票（診断書）が必要になり、また、すべての疾患において定められた基準のもと認定の可否が決まります。

### ○特定医療費受給者証をお持ちの方へ

特定医療費受給者証は年に一回更新が必要となります。

毎年6月頃更新のご案内をしますので、案内に記載された更新受付期間内に手続きをお願いします。

### ○難病についての相談も受付けています。

【問合せ先】 医事・難病支援課 0852-23-1315

## 松江保健所は移転しました

松江保健所は、松江市大輪町から同市東津田町の島根県松江合同庁舎の向かいへ移転しました【平成27年3月9日（月）から】

【移転先】 〒690-0011 松江市東津田町1741-3  
「いきいきプラザ島根」3階

○電話番号、ファックス番号、業務内容はこれまでと変更ありません。

【問合せ先】 総務課 0852-23-1313

# 蚊やマダニに気を付けましょう！

暑い時期になってきました。この時期は蚊やダニが活発に活動します。

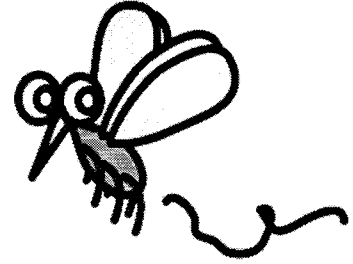
蚊が媒介する感染症としては日本脳炎、デング熱など、ダニについては重症熱性血小板減少症候群（SFTS）などがあります。このうちデング熱とSFTSについて簡単に紹介します。

## ○デング熱とは？

- ・デングウイルスは、フラビウイルス科のひとつです。
- ・日本では、デング熱に感染した人を刺したヒトスジシマカが別の人を刺すことによって拡大します。

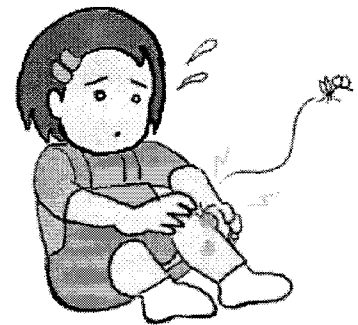
**※人から人に直接感染することはありません。**

- ・多くは3～7日程度の潜伏期間のあと、発熱、発疹、筋肉痛を主な症状として発症する比較的予後の良好な感染症ですが、まれに重症化することがあります。
- ・治療は輸液、解熱鎮痛薬など対症療法が中心となります。



## ○SFTSとは？

- ・原因は2011年に初めて特定された新しいウイルスで、ブニヤウイルス科に分類されます。
- ・ウイルスを持つマダニに咬まれてから6日～2週間程度の潜伏期間のあと、発熱や消化器症状が出現し、重症化して死亡することもあります。
- ・治療は対症療法が中心となります。
- ・マダニに咬まれたら、数週間程度は体調の変化に注意して、発熱などの症状が出たら、医療機関を受診してください。



## ○デング熱やSFTSを予防するには？

### 【蚊の発生を防止しましょう】

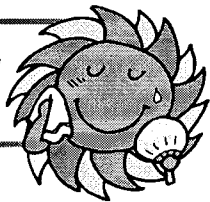
- ・古タイヤ、空き缶等を片付けたり、水たまりを砂で埋めたりし、水が溜まらないようにしましょう。
- ・お墓の花入れの水をこまめに替えましょう。
- ・蚊の成虫が好む茂みの草刈りをしましょう。

### 【蚊やマダニに刺されないようにしましょう】

- ・野外では、長袖、長ズボンを着用して、腕・足・首など、肌の露出を控えましょう。
- ・衣服等に付いたダニはガムテープを使って取り除くのも効果的です。
- ・虫よけ剤（忌避剤）を活用しましょう。
- ・屋外活動後の上着は家に持ち込まず、シャワーを浴びましょう。
- ・網戸等を閉め、蚊が家の中に入らないようにしましょう。

【問合せ先】 衛生指導課 0852-23-1317

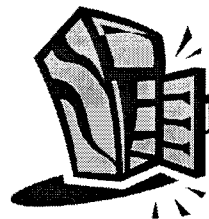
# 暑い夏は家庭での食中毒に注意しましょう！



家庭での食中毒予防に以下の3つのポイントを押さえましょう！

## ポイント① 冷蔵庫で保存

決められた保存方法を守って食品を保存しましょう！  
冷蔵庫は詰め込みすぎずに7割程度に！  
肉、魚は汁がもれないように包んで下段に保管しましょう！



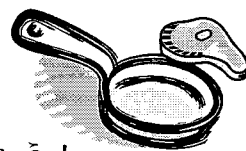
## ポイント② 丁寧な手洗い

調理前、食事前、トイレの後は必ず手洗い！  
肉・魚を触った後も必ず手洗い！

## ポイント③ しっかり加熱調理



中心まで十分加熱しましょう！  
食事は速やかに食べ、室温に長時間放置しないようにしましょう！  
※牛レバー及び豚食肉（レバーなど内臓含む）の生食は禁止されました！  
家庭でも生食はやめましょう！



### 関係事業者の皆様へ

平成27年4月から「食品表示法」が施行され、アレルギー表示に係るルールや表示のレイアウトが変更となりました。変更点の詳細などは「島根県食品表示ポータルサイト ([http://www.pref.shimane.lg.jp/life/syoku/anzen/shoku\\_anzen/shoku\\_hyoji/](http://www.pref.shimane.lg.jp/life/syoku/anzen/shoku_anzen/shoku_hyoji/))」でご確認ください。

【問合せ先】衛生指導課・食品衛生機動監視課 0852-23-1317

### しまねの美味しい食材を使った

### お手軽スピード「うす味レシピ」ができました♪



島根県では、健康のため、  
成人の食塩摂取量は、1日  
8g以下を目標にしています。

みなさん、毎日楽しく食事をとっていらっしゃいますか。あなたが美味しいと思う味は、濃い味付けですか？それとも食材のうまみを活かした味付けですか？

島根県では健康づくり（生活習慣病の予防、重症化の防止など）の一環として、いつでも、どこでも「うす味で、バランスがよい、食材のうまみを引き出した食事」がとれる環境づくりに取り組んでいます。

### ○なぜ「うす味」が大切なの？

- ・塩分を控えると、血圧を低下させ、結果として心臓病・脳卒中などの循環器疾患の予防効果があります。
- ・食塩や高塩分食品を多く摂取すると、胃がんのリスクが高くなります。



今年度は、6月の食育月間よりスーパー等と連携し、「うす味レシピ」（島根県栄養士会作成）を活用した普及啓発を行っています。レシピをご覧になられた方は、ぜひ一度お試しください。

【問合せ先】健康増進課 0852-23-1314

# 「専門相談」のご案内

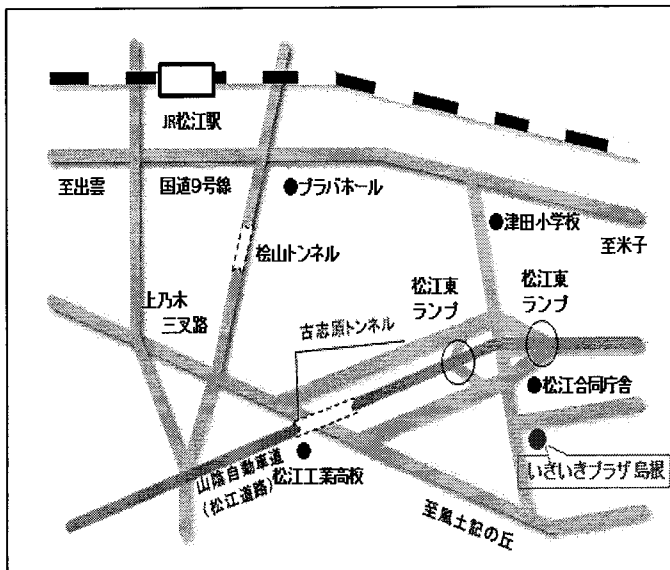
◆◆◆気軽に相談ください。◆◆◆

	事業内容	相談日・検診日	担当課
長期療養児相談	小児慢性特定疾病患者等長期療養を必要とするお子さんと保護者の方を対象とした相談	随 時	健康増進課 TEL (0852) 23-1314
心の健康相談	心の問題、お酒の問題で悩んでいる方やその家族を対象に精神科医師による相談	前日までに 予約が必要 毎月2回	心の健康支援課 TEL (0852) 23-1316
アルコール相談	アルコール問題で悩んでいる方やそのご家族の方を対象に臨床心理士、島根県断酒新生会（酒害・家族相談員）による相談	前日までに 予約が必要 毎月1回	TEL (0852) 23-1316
難病相談	原因不明で症状が慢性化し、治療が困難な病気の方やその家族の方を対象に、治療上の不安、療養、介護の相談及び特定疾患に関する医療費助成制度等についての相談	随 時	医事・難病支援課 TEL (0852) 23-1315
エイズ相談	エイズに関する相談	随 時	直通専用電話 TEL (0852) 31-5051
エイズ検査	HIV抗体検査は、無料・匿名・即日検査	予約が必要 第2火曜日、第3木曜日 9:00~11:00 第4火曜日 9:00~11:00 13:30~15:00	医事・難病支援課 TEL (0852) 23-1315
肝炎検査	肝炎ウイルス検査（B型・C型）を無料で実施		
肝炎相談	肝炎検査等に関する相談	随 時	
HTLV-1相談	HTLV-1（ヒトT細胞白血病ウィルス-1型）に関する相談	随 時	
医療安全相談	医療に関する相談、医療機関に関する苦情などの相談（医療内容のトラブル、診療行為の是非や過失の有無など相談に対応できない場合もあります）	月曜日から金曜日（祝日・年末年始は除く） 9:00~12:00、 13:00~17:00	直通専用電話 TEL (0852) 32-5258

★その他保健、薬事、食品衛生、動物の愛護、環境保全、廃棄物のこと等何でもご相談ください。

★各種相談の秘密は厳守いたします。

★実施日は祝日・年末年始等による変更がありますので、各月の実施日を確認の上ご利用ください。



## 松江保健所（「いきいきプラザ島根」3階）

〒690-0011 松江市東津田町1741-3

TEL (0852)23-1313 FAX (0852)21-2770

E-mail matsue-hc@pref.shimane.lg.jp

URL [http://www.pref.shimane.lg.jp/matsue\\_hoken/](http://www.pref.shimane.lg.jp/matsue_hoken/)

### 【アクセス】

○[車でお越しの際は]

- ・山陰自動車道（松江道路）「松江東」出口から南へ200m
- ・国道9号線「東津田交差点」から南へ1.4km

○[バスでお越しの際は]

- ・松江市営バス「県合同庁舎前」停留所下車  
〈JR松江駅前から、「南循環線外回り」（約15分）又は「県合同庁舎行き」（約20分）〉