

## 保健センターの教室など

### 全地域 マタニティ教室

- \*対象/妊娠5～7か月の妊婦
- \*とき/12月20日(木) 午前9時30分～正午(受付:午前9時15分～)
- \*ところ/大垣市保健センター
- \*内容/大垣市の子育て情報、歯と栄養の話など
- \*定員/25人(先着順)
- \*持ち物/母子健康手帳
- \*申込/12月5日から、同センター(☎75-2322)へ



ター(☎75-2322)へ

### 上石津・墨俣地域 乳幼児相談

- \*対象/乳幼児を持つ保護者
- \*とき/①12月25日(火) 午前9時～11時 ②12月25日(火) 午前9時～11時
- \*ところ/①上石津保健センター ②墨俣保健センター
- \*内容/育児や発育などの相談
- \*持ち物/母子健康手帳
- \*問合せ/①上石津保健センター(☎45-2933) ②墨俣保健センター(☎62-3112)へ

### 街頭献血にご協力を!

国内には、輸血を必要とする人が年間約100万人いると言われています。患者さんに安定的に血液を届けるために、献血へご協力をお願いします。

- ◇対象/男性は17～69歳、女性は18～69歳の健康な人(65～69歳の人は、60～64歳の間に献血経験が必要です)



とき	ところ(すべて400ml限定)
12/1(土) 10:00～12:00、13:30～16:00	アルプラザ鶴見(鶴見町)
12/8(土) 9:30～12:00、13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
12/13(木) 9:45～12:00、13:30～16:00	アクアウォーク大垣(林町)
12/24(月) 9:30～12:00、13:30～16:00	イオンタウン大垣(三塚町)
12/26(水) 13:00～16:00	西濃総合庁舎(江崎町)
12/29(土) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
12/30(日) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)
12/31(月) 9:00～11:30、13:00～16:00	イオンモール大垣(外野)

## 12月1日は世界エイズデー

# いま、自分にできること。

12月1日は、WHO(世界保健機関)が定めた「世界エイズデー」です。

感染防止や差別・偏見解消のためには、一人ひとりが正しい知識を身に着けることが必要です。この機会にエイズや性について考えてみませんか。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。



### 「HIV」と「エイズ」の違い

「HIV」とは「ヒト免疫不全ウイルス(Human Immunodeficiency Virus)」のことで、エイズ発症の原因となるウイルスです。

HIVに感染すると、平均10年の潜伏期間を経て免疫力がだんだん弱くなり、さまざまな感染症の症状が現れます。これらの症状を総称して「後天性免疫不全症候群(AIDS:エイズ)」といいます。

今のところ、予防ワクチンや、完治する治療法がない病気です。

### 県内における発生動向

県に報告されたHIV感染者とエイズ患者の累計は、平成29年12月末現在で、HIV感染者171人、エイズ患者127人の合計298人です(過去に血液製剤や輸血により感染した人は含まれていません)。

## ノロウイルス感染にご注意を!

ノロウイルスや感染性胃腸炎・食中毒は、1年を通して発生していますが、特に冬に流行します。体力の弱い子どもやお年寄りなどは、重症化すると生命に関わる場合がありますので、十分注意が必要です。

詳しくは、大垣市保健センター(☎75-2322)へ。

### ● 感染しないためのポイント!!

- ▶ 生食や半生食は控え、食品の中心部までしっかりと75℃以上で1分以上加熱する。特に二枚貝を使う場合は注意が必要で、85℃以上で1分以上加熱する
- ▶ トイレの後、調理や食事の前にはよく手を洗い、調理器具などの洗浄・消毒は十分に行う
- ▶ ノロウイルスの消毒は、家庭用の塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウムを含むもの)を水で薄めたものを使用する
- ▶ 二次感染を防ぐため、感染者のおう吐物や便などを処理する時は、ビニール手袋やマスクを使用する



## 介護予防教室

### ▶ 園芸で生活を楽しもう

- ◆とき/12月6日(木) 午後1時30分～3時
- ◆ところ/お勝山ふれあいセンター
- ◆定員/30名(先着順)
- ◆参加料/500円
- ◆持ち物/はさみ、カッター、ものさし
- ◆問合せ/お勝山在宅介護支援センター(☎71-2252)へ
- ▶ 体を温めよう! リハビリ体操
- ◆とき/12月6日(木) 午後1

時30分～2時30分

- ◆ところ/特別養護老人ホーム パサーダ地域交流スペース
- ◆問合せ/同施設(☎78-2984)へ
- ▶ お正月飾りを楽しみましょう
- ◆とき/12月19日(水) 午後1時30分～3時
- ◆ところ/中川ふれあいセンター
- ◆定員/20人(先着順)
- ◆参加料/500円
- ◆持ち物/はさみ、ピンセット またはつまようじ
- ◆問合せ/中川在宅介護支援センター(☎82-8850)へ

### 今年度のテーマ

## UPDATE! エイズ治療のこと HIV検査のこと

### 感染ルートは3つだけ!

- ① 性行為感染…性行為によって感染するもので、HIV感染原因のほとんどを占めます。HIVは男性の精液、女性の膣分泌液に多く含まれます。
- ② 血液感染…感染者の血液に直接触れたり、注射器を共同使用したりすることなどにより感染するものです。
- ③ 母子感染…HIV感染している母親からその赤ちゃんへ感染するものです。HIVは母乳にも含まれます。

### 日常生活では感染しません!



HIVは感染力が弱いため、握手、軽いキス、せきやくしゃみ、汗、涙、同じ食器やはしの使用、つり革や便座などの共用、お風呂やプールと一緒に入るなど、性行為以外の日常生活ではほとんど感染しません。

### 不安なときは、検査を受けましょう

西濃保健所は、無料でHIV検査を実施しています。検査は、事前予約のうえ匿名で受けることができます。予約は、同保健所(☎73-1111 内線276)へ。