

# 小豆保健所だより

第2号



## これからのマスク着用について



～医療機関や高齢者施設ではマスクを着けましょう～

先日、新型コロナ対策でのマスク着用の新たな考え方が示され、令和5年3月13日以降のマスク着用は個人の判断が基本となりました。ただし、医療機関や高齢者施設の利用時などでは、マスク着用が推奨されています。なぜ推奨されるのでしょうか？

マスクを着ける目的は2つあります。1つは、自分自身を感染から守るため、もう1つは、周囲に感染を広げないためです。新型コロナでは、後者の目的がとくに重要です。

新型コロナでは、症状が出る前からウイルス排出量が増えています。二次感染の約半数は、発症前の無症状の感染者からうつったとする報告もあります。いま自覚症

状が無くても、ひょっとしたら感染していて、まわりの人にウイルスを広げているおそれがあるのです。そのため、重症化しやすい方が多くいる場所、つまり医療機関や高齢者施設では、マスクを着けることが推奨されています。

新型コロナの感染力は、オミクロン株になっても依然として高いままです。皆様ひとりひとりの行動が、島民全体の健康に関わってきます。引き続き、感染拡大防止にご協力をよろしくお願いいたします。

なお、マスク着用は個人の主体的な判断で行うものです。本人の意思が尊重されるよう、ご配慮をお願いいたします。

## 植えてはいけない「けし」に注意しましょう！



植えてはいけない「けし」  
(セティゲルム種)

「けし」は、春から夏にかけて美しい花を咲かせるものが多いのですが、麻薬の原料になるため法律で栽培等が禁止されている種類があります。このような「けし」を知らずに栽培したり、種が飛んできて自生している場合があります。

小豆島や豊島でも、違法な「けし」の一種であるセティゲルム種が自生しているところが各地で確認されています。

自宅の庭や道路などで、植えてはいけない「けし」が生えているのを見つけた場合は、根から抜いて燃えるゴミとして捨ててください。また、保健所まで「生えていた場所」と「抜いた本数」を連絡してください。

※多すぎて全部抜くのが難しい場合や誰の土地か分からない場合は、保健所にご相談ください。  
(小豆保健所衛生課 TEL: 0879-62-1374)



けしぼうず  
(けしの果実)

違法な「けし」と違法でない「けし」の詳しい見分け方は「大麻・けしの見分け方(厚生労働省発行)」で確認してください。保健所や役場で配布しています。電子版は右のQRコードから。



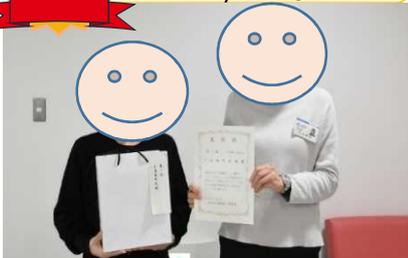
<配布場所>

- ◆小豆保健所衛生課
- ◆土庄町健康福祉課
- ◆小豆島町健康づくり福祉課

# 小豆地区企業対抗戦 結果

昨年10月実施の健康づくりアプリ「マイチャレかがわ!」を活用した「小豆地区企業対抗戦」において、上位5チームの企業に表彰及び健康グッズを贈呈しました。

**1位** 小豆島町役場  
12,203歩



**2位** 香川銀行小豆島支店  
8,742歩



**3位** 百十四銀行内海支店  
8,546歩



**4位** 土庄町健康福祉課  
7,184歩



**5位** 土庄町役場  
5,330歩



**6位** (株)アースプランニング  
3,282歩

**7位** 小豆島ヘルシーランド(株)  
2,565歩

※歩数は、各事業所参加者の10月1か月間の1日平均です。



QRコード読み取りアプリが無い方



●ストアから「マイチャレかがわ」で検索  
●お使いのスマートフォンのアプリストアから「QR」で検索して、読み取りアプリをダウンロードしてからご利用ください。



「マイチャレかがわ!」アプリのダウンロードはこちら

## 参加者の方からのアンケート結果

- ・周囲とのコミュニケーションが増えた(50%)
- ・以前より運動するようになった(33%)
- ・以前より外出頻度が増えた(39%)

あなたの企業でも「マイチャレかがわ!」で健康づくりに取り組みましょう!

よくある誤解



## 打とうぜ! 狂犬病ワクチン



### 狂犬病なんかもう日本で発生しとらんし、海外では打っとらんのやろ?

確かに日本で狂犬病は60年以上発生していません・・・

しかし、お隣の台湾では50年以上狂犬病が発生していませんでしたが、2012年に野生のイタチアナグマで3件の狂犬病が突如みつき、野生動物から飼い犬に感染し発症しました。

日本でも狂犬病は60年以上発生していませんが、今、発生していないからと言って狂犬病ウイルスが国内から完全に0になったとは言えません。

海外について言えば、例えばオーストラリアでは狂犬病ワクチンを打っていません。オーストラリアではこれまで狂犬病の発生が無いからです。

現代の医学においても、狂犬病を発症したら助かりません。

昨今、外国船舶からの犬猫の迷い込み、人々の行動体系の変化もあり、狂犬病はいつ日本に侵入してもおかしくない状態が続いています。

2006年に2人、2020年に1人、海外で狂犬病に感染し、帰国後に発症した事例があります。その後全員が死亡しました。

毎年1回、飼い犬への狂犬病ワクチン接種をお願いします!!

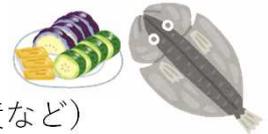


# 食品製造・販売には許可・届出が必要です！

法改正（令和3年6月施行）で、これまで許可不要だった営業でも許可・届出が必要になりました。

## ★新設された営業許可業種（代表的なもの）

- 水産製品製造業……（魚介類の干物、塩蔵、みそ漬け製品など）
- 漬物製造業……（梅干し、野菜の漬物・浅漬、オリーブの新漬など）
- 密封包装食品製造業……（瓶詰ジャムやパウチ包装食品などのうち常温保管のもの）
- 食品の小分け業……（できあがった製品を仕入れて小分け包装する営業）



## ★営業届出業種（代表的なもの）

- 弁当販売業
- 野菜果物販売業（農家の販売を除く）
- 米穀類販売業
- その他の食料・飲料販売業
- コーヒー製造・加工業（飲料を除く）
- 農産保存食料品製造・加工業
- 調味料製造・加工業
- 製茶業
- 海藻製造・加工業
- その他の食料品製造・加工業



## 営業許可・届出のために必要なこと

- 【1】資格のある「食品衛生責任者」を置くこと
- 【2】営業施設が基準を満たすこと（許可のみ）
- 【3】HACCP（ハサップ）に沿った衛生管理を行うこと（許可取得までの流れ）

事前相談 → 許可申請（書類提出・手数料支払い） → 立入検査 → 合格 → 許可証交付

※イベント等で食品を調理・提供する場合も営業許可が必要です。

## みんなで作ろう パンケーキ

お休みの日にパンケーキをデコレーションしてみませんか。  
お好みの材料を集めて、楽しく作りましょう。  
一人暮らしの方も休日を楽しんでみてください。



### 材料（3人分）

ホットケーキミックス	150g
卵	1個
牛乳	100cc
ホイップクリーム	20g
つぶあん	30g
フルーツ	50g
チョコレート など	少々

### 1人分の栄養価 （バナナチョコ）

エネルギー	271kcal
たんぱく質	7.7g
脂質	7.6g
炭水化物	44.3g
食塩相当量	0.6g

### 作り方

- ① ボールに卵と牛乳を入れよく混ぜる
- ② ①にホットケーキミックスを加えかるく混ぜる
- ③ フライパンで②を3枚焼く
- ④ 少し冷ましてから、ホイップクリーム・つぶあん、フルーツ、チョコレートなどでデコレーションする

### 運動でエネルギーを消費しよう

271kcalを消費するおよその時間

体重	30kg	50kg	70kg
散歩	3時間	1時間50分	1時間15分
ウォーキング（速め）	2時間	1時間15分	55分
ジョギング（ゆっくり）	1時間30分	55分	40分

近くの公園に出かけて自分のラッキーカラー（好きな色）を探してみよう。いくつあるかな？



# 保健福祉課 TEL 0879 (62) 1373

## 【業務】

- 児童・母子父子寡婦福祉に関すること
- 母子保健に関すること
- 精神保健に関すること
- 健康づくりに関すること（栄養相談など）
- 難病に関すること
- 感染症に関すること
- 医事に関すること



## 【予約制相談】

相談項目	相談日
こころの悩み相談	偶数月第1木曜日
思春期相談	奇数月第3火曜日
家族相談	年間6回第4金曜日

## 【予約制検査】

検査項目	検査日
HIV(エイズ)検査	原則第3木曜日
肝炎ウイルス検査	
骨髄バンク登録検査	

# 衛生課 TEL 0879 (62) 1374

## 【業務】

- 食品衛生に関すること（飲食店の許可・届出など）
- 薬局、温泉、毒物・劇物の販売等に関すること
- 旅館、公衆浴場、理・美容所、クリーニング所、興行場、特定建築物に関すること
- 動物の愛護・管理に関すること

## 飼い犬・猫がいなくなったら、保健所などに連絡を！

迷子の犬・猫を見かけた場合もご連絡ください



機関名	電話番号
小豆保健所衛生課	0879 (62) 1374
小豆警察署	0879 (82) 0110
土庄町住民環境課	0879 (62) 7010
小豆島町住民生活課	0879 (82) 7004



令和5年3月発行 / 香川県小豆保健所

(小豆総合事務所)

〒761-4121 小豆郡土庄町湊崎甲2079-5

開庁日・時間 12/29～1/3を除く平日 8:30～17:15



↑ホームページ



合同庁舎  
東館1階

土庄中学校