

「益田保健所けんこう応援出前講座」テーマ別内容

(1) 心と体の健康

番号	テーマ	内 容	担当課	備 考
①	健康なまちづくり	○高齢化が進む島根県では、健康で明るく生きがいをもって生活できる社会の実現をめざして「健康長寿しまねの推進」に取り組んでいます。 ○地域に暮らす住民の方を中心に、関係のある組織や団体、行政等が連携しながら、健康なまちづくりをめざす取組について一緒に考えましょう ○生活習慣病予防、介護予防、健康づくりの取組などについて説明します。	健康増進課 (0856) 31-9532	配付資料、スライドあり
②	がん等疾病予防	事業所を対象に実施 ○早期発見、予防のための「がん検診」情報、や生活習慣病の改善について説明します。	健康増進課 (0856) 31-9532	配付資料、スライドあり
③	メンタルヘルス	○うつ病やこころの健康について ○ストレス対処法について（自己チェック） ○高齢者の心の健康について ○アルコール問題について	健康増進課 (0856) 31-9544	配付資料、スライドあり
④	ゲートキーパー養成	○島根県の自殺死亡率は全国平均よりも常に高く推移しており、益田圏域は県内でも高い状況にあります。 ○こころの病気のサインに気づき、声をかけ、話を聴き、必要に応じて専門機関へつなぎ、見守る人（ゲートキーパー）を養成します。	健康増進課 (0856) 31-9545	配付資料、スライドあり
⑤	精神障がい者の理解	○統合失調症などの精神障がいへの理解を深め、精神障がい者を含む誰もが暮らしやすい地域を目指しましょう。	健康増進課 (0856) 31-9544	配付資料、スライドあり

(2) 感染症

番号	テーマ	内 容	担当課	備 考
①	感染症一般の予防	○感染症は日常生活の中で広がる疾患です。 ○インフルエンザ、水痘（水ぼうそう）、おたふくかぜ、感染性胃腸炎（腸感冒）、結核、麻しん（はしか）等、身近に感染症は多数あり、その予防には正しい知識のもと、日頃の取り組みが大切です。	衛生指導課 (0856) 31-9552 (結核)	配付資料、スライド、DVDあり

		<p>○感染症の病原体や感染経路、手洗いや予防接種等の感染予防方法について説明します。</p> <p>○ワクチン接種が感染予防に効果的である疾患もあることから、ワクチンの接種に関する正しい知識、重要性などについて説明します。</p>	<p>医事・難病支援課 (0856) 31-9549</p>	
②	エイズ	<p>○エイズ（H I V感染症）の蔓延は世界的な問題となっています。日本においても患者、感染者は毎年増加しており、特に若い世代での感染が増加しています。</p> <p>○若い世代への正しい知識の普及のため、指導者である学校関係者への研修協力、啓発資料の提供等を行います。</p>	<p>医事・難病支援課 (0856) 31-9549</p>	<p>配付資料、ビデオ等あり</p>
③	性感染症	<p>○性感染症（S T I）は、性的接触によって感染する性器クラミジア、淋病などの病気のことです。</p> <p>○性感染症に対する正しい知識をもち、身近な問題として捉えることが大切です。</p> <p>○島根県内の発生状況に加え、若者に多い性感染症の種類と主な症状、予防方法などについて説明します。</p>	<p>医事・難病支援課 (0856) 31-9549</p>	<p>配付資料ビデオ等あり</p>

(3) 薬物

番号	テーマ	内 容	担当課	備 考
①	薬物乱用防止	<p>○近年、覚せい剤や大麻等に加え、危険ドラッグの薬物乱用事件が増加しています。また、学生の間で広まるなど、薬物乱用の低年齢化も進んでいます。</p> <p>○薬物に対する正しい知識、禁止薬物を使用することの恐ろしさなどについて説明します。</p>	<p>衛生指導課 (0856) 31-9552</p>	<p>配付資料等あり</p>
②	医薬品の安全使用	<p>○医薬品は病気を治したり、体の正常な働きを促すなど、健康な生活を保ち、助けるものです。しかし、使い方を間違えると、悲惨な結果を招くおそれがあります。</p> <p>○医薬品の正しい使い方などについて説明します。</p>	<p>衛生指導課 (0856) 31-9552</p>	<p>配付資料等あり</p>
③	喫煙防止	<p>事業所対象で実施</p> <p>○受動喫煙を防止するため、健康へのたばこの悪影響や禁煙対策の状況などについて説明します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たばこに含まれる有害物質 ・体や心への影響 ・受動喫煙 ・社会的な影響 	<p>健康増進課 (0856) 31-9532</p>	<p>配付資料、スライドあり</p>

④	未成年の飲酒防止	<p>高校生を対象に実施</p> <p>○未成年者の飲酒を防止するため、アルコールによる健康への悪影響、急性アルコール中毒などについて説明します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・未成年の飲酒の影響と問題 ・急性アルコール中毒とアルコール依存症 ・エタノールパッチテスト、アルコールクイズ等 ・体験談 	健康増進課 (0856) 31-9545	配付資料、スライドあり
---	----------	--	----------------------------	-------------

(4) 医療

番号	テーマ	内 容	担当課	備 考
①	地域医療	<p>○益田圏域では、現在、医師不足等に伴う地域医療の危機的状況を乗り切るため、医療を守り育てる取組を展開しています。</p> <p>○医師不足等の現状、救急医療体制や周産期医療の状況、医療を守る住民の活動などを紹介します。</p> <p>○「医療は地域の共有財産である」という認識のもと、かかりつけ医や電話相談等の活用、適正受診、日頃からの健康づくりなどについて説明します。</p>	医事・難病支援課 (0856) 31-9543	
②	難病対策	<p>○難病とは、筋萎縮性側索硬化症（ALS）、クローン病、強皮症などの治療方法が確立していない病気のことです。</p> <p>○益田圏域の難病の現状、医療費等の給付などどのような支援を行っているのか、難病対策事業の概要などについて説明します。</p>	医事・難病支援課 (0856) 31-9548	
③	献血	<p>○献血は人の命を救うことができる身近なボランティアです。献血により、病気やけがの治療のために血液を必要とする多くの患者さんが、日々救われています。</p> <p>○「献血された血液がどのようにして患者さんに使われるのか」「血液のはなし」など、献血の意義や重要性などについて説明します。</p> <p>○献血可能年齢に達する高校生については、献血への理解と協力を求めるための親しみやすいテキストを使用して説明します。</p>	衛生指導課 (0856) 31-9552	配付資料 ビデオ等 あり
④	地域包括ケアシステム	<p>○地域包括ケアシステムとは、できる限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最終段階まで送ることができるよう、医療・介護・介護予防・住まい・生活支援サービスが切れ目なく一体的に提供されるシステムです。</p> <p>○地域包括ケアシステムの概要や益田圏域の状況等を紹介します。自分の今後の生活について考えてみませんか。</p>	地域包括ケア推進スタッフ (0856) 31 - 9540	配布資料 等あり

(5) 食品衛生

番号	テーマ	内 容	担当課	備 考
①	食中毒予防	○家庭の台所には、食中毒の危険が潜んでいます。 ○家庭で食中毒にかからないための方法などについて説明します。	衛生指導課 (0856) 31-9551	
②	食品表示	○普段何気なく見ていた食品表示、実は、より安全に食品を利用するための大切な情報源だったのです。 ○食品表示の正しい読み方（アレルギー物質、遺伝子組換え食品、食品添加物などの表示）などについて説明します。	衛生指導課 (0856) 31-9551	

(6) 環境

番号	テーマ	内 容	担当課	備 考
①	環境学習	○私たちは、様々な自然環境に囲まれて暮らしています。 河川の水質調査を通じて、身近な自然環境をより 身近に感じ、理解を深めます。(小学生対象) ○私たちが軽い気持ちでポイ捨てをすると、そのゴミは川を通じて海に流れ、やがて海岸に漂着します。海岸で漂着ゴミを調べて、ゴミの適正処理を勉強します。(小学生対象)	環境保全課 (0856) 31-9553	検査機用具の使用あり

(7) 動物

番号	テーマ	内 容	担当課	備 考
①	動物愛護	○保健所では、家庭で飼えなくなった犬やねこの引取りを行っており、残念ながら、それらの多くが殺処分されています。 ○人間に見捨てられたペット動物の結末がどのようなものなのかを伝え、問題意識を持ってもらうとともに、人と動物のより良い関係づくり、命の大切さなどについて説明します。	衛生指導課 (0856) 31-9557	
②	犬・ねこの適正飼育	○犬やねこの不適正な飼育によって近隣の住民に被害が生じ、様々な苦情が寄せられています。 ○適正な飼育の方法や犬やねこによる被害を防ぐ方法などについて説明します。	衛生指導課 (0856) 31-9557	