

健康アドバイス



漆原 嘉奈子 医師
(吉備医師会から)

帯状疱疹は、水ぼうそうの原因となる水痘・帯状疱疹ウイルスで引き起こされます。幼少期にかかった水ぼうそうのウイルスは治った後も体内に潜み、加齢、ストレス、過労などで抵抗力が低下すると体内で増殖し、神経を伝わって皮膚に到達することで帯状疱疹を発症します。

症状の多くは、体の左右どちらかにヒリヒリする痛みを伴う

今月のテーマ 带状疱疹

増えています 带状疱疹

水ぶくれが生じます。带状疱疹を疑う場合は、皮膚科の受診を勧めます。

発症部位は腕から胸背部が最も多く、上半身が過半数を占めます。症状が顔面に出ると、視力低下や難聴、めまいなどを起こすことがあり、眼科や耳鼻科の受診も必要になります。また、带状疱疹後神経痛という強い痛みが続くことが10～20%程度であります。さらに、心筋梗塞や脳卒中のリスクも増加します。

近年は、コロナ禍のストレスや新型コロナウイルス感染などで一時的に免疫力が低下するこ

とにより、带状疱疹の発生率が上がっています。発症しやすいのは50歳以上で、70代が最多ですが、小児への水痘ワクチンの定期接種が始まったことにより水ぼうそうの流行が激減し、ウイルスに接触する機会が減り免疫を強化する効果が得られにくくなったことから、20～40代でも発症する人が増えています。

予防には、抵抗力を維持するような体調管理が大切です。また、50歳以上の人にはワクチン接種が有効です。接種を希望する人は、かかりつけ医に相談しましょう。

問い合わせ 健康医療課健康増進係 (☎ 0866-92-8259)

安全・安心 のすすめ

春は、新入学のシーズンです。小学校に入学して初めて保護者なしに公道を歩く児童や、中学校や高校への進学とともに自転車通学を始める生徒など、交通事情が変化する子どもが増えることから、交通事故が発生する危険性が高まる時期でもあります。

令和4年中、県内では交通事故により74人が亡くなっています。その内の約半数が歩行者や

歩行者・自転車を交通事故から守ろう

自転車運転中の人でした。市内でも、横断歩道や自転車横断帯を横断中の歩行者や自転車が被害者となる交通事故が発生しています。

●横断しようとする歩行者・自転車がいたら停まる

横断歩道や自転車横断帯を横断しようとしている歩行者や自転車がいる場合、車両は横断歩道などの手前で必ず一時停止しなければなりません。信号機のない横断歩道には標識や予告標識がありますので、横断歩道の手前であらかじめ減速していれば、余裕をもって停止することができます。

●自転車運転時にはヘルメットを着用する

自転車乗車中の交通事故で亡くなった人の約6割が頭部を損傷しています。自転車を運転するときは、万が一の際に自分の身を守るため、ヘルメットを着用しましょう。子どもが自転車に乗る場合、保護者は子どもにヘルメットを確実にかぶらせてあげてください。

一人ひとりが交通安全について考え、行動するだけでなく、家庭や職場、地域などで話し合うなどして、地域全体で交通事故のない安全なまちづくりを進めていきましょう。

監修・問い合わせ 総社警察署 (☎ 0866-94-0110)

●狂犬病の予防注射と犬の登録の日程

地区	会場	月日(曜)	時間	
総社	泉集会所(泉南)	4月5日(休)	13:30～13:50	
	泉・北公園(泉団地内ぞうさん公園)	〃	14:00～14:20	
	中央公民館浅尾分館	4月6日(休)	13:30～13:50	
	中央公民館総社分館	〃	14:00～14:20	
	市保健センター	〃	14:30～15:00	
	清水公会堂	4月7日(金)	15:20～15:30	
	井尻野東村公会堂	4月12日(休)	14:40～15:10	
	井山選果場	〃	15:10～15:30	
	刑部公会堂	4月14日(金)	15:10～15:30	
	常盤	中央公民館常盤分館	4月11日(火)	14:30～14:50
中央公民館常盤第2分館		〃	15:00～15:20	
常盤集会所		〃	15:30～15:40	
三須	江崎公会堂	4月7日(金)	13:30～13:40	
	上林会館	〃	13:50～14:10	
	三須公会堂	〃	14:20～14:40	
	桃山団地集会所	〃	14:50～15:10	
服部	赤浜公会堂	4月14日(金)	13:10～13:30	
	服部コミュニティハウス	4月12日(休)	13:30～13:50	
阿曾	長良西谷公会堂	〃	14:00～14:20	
	東阿曾公会堂	4月14日(金)	13:40～14:00	
池田	東公民館阿曾分館	〃	14:10～14:40	
	黒尾公会堂	〃	14:50～15:00	
	横谷コミュニティ広場	4月10日(月)	13:30～13:40	
秦	北出張所	〃	13:50～14:10	
	穴栗公会堂	〃	14:20～14:30	
	秦浄化センター	4月5日(休)	14:40～15:00	
	大谷公会堂(福谷)	4月10日(月)	14:40～15:00	
神在	西公民館秦分館	〃	15:10～15:30	
	西公民館神在分館	4月11日(火)	13:30～13:50	
久代	下原公会堂	〃	14:00～14:10	
	あおいハイツ集会所	4月5日(休)	15:10～15:30	
	久代分団第3部消防機庫	4月13日(休)	14:40～15:00	
	長砂公会堂(久代)	〃	15:10～15:20	
	古母池集荷場	〃	15:30～15:40	
山田	西公民館山田分館	4月13日(休)	14:10～14:30	
	新本	西出張所	4月13日(休)	13:20～13:40
昭和	丸尾東公会堂(新本)	〃	13:50～14:00	
	昭和公民館富山分館	4月17日(月)	14:00～14:10	
	種井公会堂	〃	14:20～14:30	
	中尾公会堂	〃	14:40～14:50	
	昭和公民館水内分館	〃	15:00～15:20	
	昭和出張所	4月18日(火)	14:00～14:20	
	下倉生活改善センター	〃	14:30～14:40	
日羽集会所	〃	14:50～15:10		
山手	西坂台団地第4公園	4月4日(火)	13:10～13:30	
	山手公民館宿分館(東風館)	〃	13:40～14:00	
	宿選果場	〃	14:10～14:30	
	山手出張所	〃	14:40～15:00	
	山手公民館岡谷分館	〃	15:10～15:20	
清音	山手公民館西郡分館(公正館)	〃	15:30～15:40	
	馬渡生活センター	4月19日(休)	13:10～13:20	
	上中島公会堂	〃	13:30～13:50	
	古地旧精米所	〃	14:00～14:20	
	柿木生活センター	〃	14:40～15:00	
	柿木ゆうゆう広場(ひだまりの家)	〃	15:10～15:30	
	北山公会堂	〃	15:40～15:50	
	峠公会堂	〃	16:00～16:20	
	全地区	市保健センター	4月3日(月)	10:00～10:30
		〃	〃	13:30～14:00
〃		4月22日(土)	13:30～14:30	
〃	〃	4月23日(日)	10:00～11:00	



狂犬病の 予防注射

1年に1度の予防注射をお忘れなく

■狂犬病の予防注射
生後91日以上を経過した犬に毎年1回、狂犬病予防注射を受けさせることが法律で定められています。

日時・場所 左の表のとおり

料金 3200円(注射代2650円・予防注射済票交付手数料550円)

■犬の登録
生後91日以上の子犬の飼い主は、犬を飼い始めてから30日以内に登録し、犬鑑札の交付を受けなければいけません。

登録場所 狂犬病予防注射会場、環境課(清音出張所内)、市民課、山手出張所、エグチ動物病院、日出美動

物病院、だて動物病院、みやけ動物病院

登録手数料 3000円

その他 死亡や譲渡などで、登録していた犬を現在飼っていない場合は、連絡してください

問い合わせ 環境課環境係 (☎ 0866-92-8339)

⚠ 犬や猫の飼い主さんへ

ペットを散歩させるときは、スコップやビニール袋を持参し、フンは持ち帰って処分しましょう。