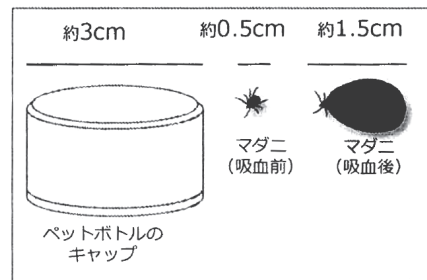


マダニによる感染症に 注意しましょう!

マダニは、森林・草地・あぜ道などの屋外に生息しています。人が野外作業や農作業、レジャー等で、これらのダニの生息場所に立ち入ると、ダニに咬まれることがあります。



ダニに咬まれないポイント!

- ①肌の露出を少なくする
 - * 帽子・手袋・首にタオルを巻く等
 - * 長袖・長ズボン・スパッツ等を着用する
 - * シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる
 - * 足を完全に覆う靴を履く(サンダル等は避ける)
- ②明るい色の服を着る(マダニを目視で確認しやすくするため)
- ③虫除け剤を使用する

ダニに咬まれたときの対処法

- ①付着しているマダニを無理に引き抜こうとすると、マダニの一部が皮膚内に残ってしまうことがあります。医療機関(皮膚科など)で処置(マダニの除去、洗浄など)をしてもらいましょう。
- ②マダニに咬まれた後、数週間程度は体調の変化に注意をし、発熱等の症状がある場合は、早めの受診をしましょう。

<受診時に医師に伝えること>

- ①野外活動の日付 ②場所 ③発症前の行動

9月10日から16日は自殺予防週間

大切な人の かけがえのない命を みんなで守るために
『あなたができること』『みんなのできること』があります。

～大切なことは「気づく」「聴く」「つなぐ」「見守る」こと～
悲しい出来事を防ぐために、皆様のご理解とご支援をお願いいたします。

悩みをひとりで抱え込んでいませんか?

長い人生において、死んでしまいたくなるほどの問題に直面することは、誰にでも起こります。問題が深刻化する前に、早めに専門機関に相談することが大切です。

*専門機関：岡山県精神保健福祉センター

こころの電話相談 (086-201-0828)

岡山いのちの電話 (086-245-4343)

美作保健所 (0868-23-0163)

鏡野町役場保健指導推進センター (0868-54-2025) など



お問い合わせ先：保健福祉課 保健師 電話(0868)54-2025・FAX(0868)54-2891