

腸管出血性大腸菌(O157等)感染症に要注意!

腸管出血性大腸菌とは・・・?

大腸菌の多くは、人や動物の腸内に住んでいて、一般的には病気の原因になることはありませんが、O157などの腸管出血性大腸菌は、腹痛や血便などの症状を起こすだけでなく、乳幼児や高齢者では、貧血や尿毒症を併発して命にかかわることもあります。

この菌は、牛などの家畜の腸管にすることがあり、そのふん便が、さまざまな経路で食品や水を汚染することが感染の原因につながると考えられています。

また、患者さんの便を介して人から人に感染したり、食品を不衛生に取り扱ったために、食品から食品へ菌が移ってしまい、感染が広がることがあります。

食中毒と同じ方法で予防できます。

- ◎調理前、食事前、用便後は手をよく洗いましょう。
- ◎台所は清潔に保ち、まな板、ふきん等の調理器具は十分洗浄消毒しましょう。
- ◎生鮮食品や調理後の食品を保存するときは、冷蔵庫(10℃以下)で保管し、早めに食べましょう。
- ◎食肉などを加熱して食べる食品は、中心部まで火を通すとともに、焼き肉などの際は、生肉を扱う箸と食べる箸を別々にしましょう。
- ◎また、乳幼児や高齢者等、抵抗力の弱い人は食肉の生食には十分気をつけましょう。

気になる症状があるときは、早めに医師の診断を受けましょう。

- ◎主な初期症状は、「腹痛」「下痢」などで、更に進むと水様性血便になります。

患者からの二次感染に気をつけましょう。

- ◎二次感染を防止するため、患者の便に触れた場合は、手をよく洗い消毒しましょう。
- ◎患者が入浴をする場合は、シャワーのみにするか、最後に入浴するようにしましょう。
- ◎患児が家庭用ビニールプールで水遊びをする場合、他の幼児とは一緒に入らないようにしましょう。
- ◎なお、患者が衛生に配慮すれば、二次感染は防止できるので、外出の制限等の必要はありません。

電話相談窓口：津山保健所 (津山市椿高下114 ☎0868-23-0111)

遊歩会

『運動で体も心もはつらつと(ウォーキング)で健康づくり
～みんなで育てよう、元気の話(わ)、和(わ)、輪(わ)～』
をスローガンに、月に1回ウォーキングを楽しんでいます。

健康づくりのためにウォーキングを始めようと思っている方、仲間を増やしたい方などお気軽にご参加ください。

日 時：7月17日(日) 雨天決行
午前9時出発 午後1時帰着

集合場所：富振興センター駐車場

コース：富白賀溪谷散策 9km程度

各自持物：参加費500円

(平成17年度初回参加者のみ)

帽子、手袋、水筒、
おやつ、軽食、雨具等

～今後の予定～

- 8月 中林の滝
- 9月 奥津道の駅周辺
- 11月 岡山県立森林公園
- 12月 万葉の道



お問い合わせ

遊歩会 水島 ☎0868-56-0523

役場保健福祉課 山崎 ☎0868-54-2111

楽しかったよ! 大野保育園での園庭開放!!

6月11日(土)、町内からたくさん
の子ども達、お母さん、お父さん、お
ばあちゃんが、参加してくれました。

参加者全員“元気いっぱい はじ
ける笑顔”で踊ったポンポン体操
『三匹のやぎのがらがらどん』の
ミニ劇遊び等、楽しいひとときを過ごしました。



次回は!!

☆富保育園 園庭開放☆ 雨天決行

と き：8月6日(土)午前9時30分～11時30分頃

ところ：富保育園(鏡野町富)

対 象：就学前のお友だち

<鏡野・奥津・上瀬原地域の方もぜひ来てね!>

持ってくるもの：お茶・帽子・着替え・タオル

◎富地域の方でボランティアに来ていただける方
大歓迎!!

◎地域のおじいちゃん、おばあちゃんもぜひ来てね。

～子ども達と一緒に遊びましょう～

マイナスイオンたっぷりもらって、帰りには温泉に入
って、心も体もリフレッシュ!!

【お問い合わせ先】富保育園 ☎0867-57-2021

主催/健康かがみの21 いきいき健康支援隊「元気ツズチーム」

後援/鏡野町