

# けんこう静岡

## 第98号

平成21年  
(2009年)  
7月1日(水)

季刊 1部50円 年200円  
(送料税込)

発行所  
財団法人 静岡県予防医学協会

(本部) 〒421-1292 静岡市葵区建徳1-3-43  
☎(054) 278-7716 F A X (054) 278-7717  
http://www.shsa.net  
(東部事務所) 〒410-0059 沼津市若葉町1-16 ☎(055) 921-1934  
(西部検査所) 〒435-0006 浜松市東区下石田町951 ☎(053) 422-7800  
(総合健診センター) 〒426-8638 藤枝市善左衛門2-11-5 ☎(054) 636-6460  
発行責任者 石黒 満 印刷 松本印刷株式会社

# 「新型インフルエンザ対策」は

# 何気ない毎日の生活習慣から



静岡県厚生部医療健康局

疾病対策室長 竹内浩視

いつ発生してもおかしくないと言われていた「新型インフルエンザ」が、日本の「ゴールデン」ウィーク直前に発生し、その後、世界各地に拡がりをみせる中、5月8日「咳エチケット」として、5月16日には、渡航歴のない神戸市内の高校生で感染が確認され、最初の国内発生として大々的に報道されました。その後の慌しい国内外の動きは、みなさんも御存知のとおりですが、よく考えてみると、何か特別な対策はあったでしょうか。

毎年、秋になると季節性のインフルエンザへの対策が国から発表されますが、「うがい、手洗い、人込みを避ける」に、最近では「咳エチケット」が加わりました。「咳エチケット」は、数年前に海外で「レスピラトリー・エチケット」として提唱されたもので、保健掛けられてきた標語で、摂取することは、インフル汚れを洗い流さずに洗剤や消毒薬を使っても、十分な効果は期待できません。もちろん、ワクチンや抗生物質、抗ウイルス薬などがなければ、感染症に十分立ち向かうことはできませんが、その効果を十分に活かすためにも、まずは、一人ひとりが、健康的な生活を送ることができると、毎日の生活習慣を見直すことから始めてみませんか。

「咳エチケット」として提唱されたもので、保健掛けられてきた標語で、摂取することは、インフル汚れを洗い流さずに洗剤や消毒薬を使っても、十分な効果は期待できません。もちろん、ワクチンや抗生物質、抗ウイルス薬などがなければ、感染症に十分立ち向かうことはできませんが、その効果を十分に活かすためにも、まずは、一人ひとりが、健康的な生活を送ることができると、毎日の生活習慣を見直すことから始めてみませんか。

**咳エチケット**とは？

- 咳やくしゃみでたら、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう。
- 咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう。

インフルエンザ予防のためにできること

- 外出後のうがいや手洗いを日常的に行いましょう。
- 十分に栄養や睡眠をとり、体力や抵抗力を高め、体調管理をしましょう。
- ワクチン接種を希望される方は、お近くの医療機関にて相談下さい。

厚生労働省 静岡県疾病対策室

## 第54回 平成21年度 予防医学事業推進全国大会

『幸せな人生を目指して』をテーマに

10月1日(木) グランシップ中ホール「大地」で開催

予防医学事業推進全国大会(主催:財団法人予防医学事業中央会、財団法人日本寄生虫予防会、財団法人静岡県予防医学協会)が『幸せな人生を目指して』をテーマに平成21年10月1日(木)グランシップ中ホール「大地」において開催されます。この大会は予防医学事業の普及啓発を行うことを目的に、財団法人予防医学事業中央会の全国支部並びに県内市町、学校、職域などの健康教育・健康管理担当者などが参加して行われます。

なお当日は、静岡県立がんセンター総長の山口建先生、法相宗大本山薬師寺執事の犬谷徹先生そして日本水泳連盟名誉会長の古橋廣之進先生の講演が行われます。講演の内容は医療そして人間関係やスポーツにおける心のあり方などに及び、誰もが求めてやまない幸せな人生を目指すうえで、何らかのヒントになるのではないのでしょうか。

会場への入場は無料で、どなたでも入場できますので、保健業務に携わる方、教育関係の方はもとより、一般の方々のご参加をお待ちしております。

参加申込みは FAXで9月15日(火)までに  
TEL:054-278-7716  
財団法人静岡県予防医学協会 全国大会担当まで FAX:054-278-7717



## 大会日程

9:30	開場・受付	
10:00	開会	
	大会会長あいさつ	財団法人静岡県予防医学協会 会長 名波 登雄
	大会式辞	財団法人予防医学事業中央会 理事長 大谷 藤郎
	歓迎のことば	静岡県知事・静岡市長
10:20	感謝状贈呈・表彰式	
10:40	来賓祝辞	厚生労働大臣 文部科学大臣 日本医師会長
	次期開催支部あいさつ	
11:15	学術講演	演題 一人ひとりのがん対策 講師 静岡県立がんセンター総長 山口 建 先生
12:15	昼食・休憩	
13:15	講話	演題 幸せの条件 ~より良い人間関係のために~ 講師 法相宗大本山 薬師寺執事 大谷 徹 先生
14:15	文化講演	演題 「集中」して未来へ! ~私の歩いた道~ 講師 日本水泳連盟名誉会長 古橋 廣之進 先生
15:15	閉会	

## 年一回は健康チェックを!

健康はあなたの財産です  
すこやかな明日のために

# 人間ドック 脳ドック

総合健診センター  
ヘルスポート  
〒426-8638 藤枝市善左衛門2-11-5  
TEL 054-636-6460  
FAX 054-636-6465  
☎ 0120-39-6460