

6月のほけんだより

梅雨の頃に咲く花といえば、まず思い浮かぶのがあじさいですが…ほかに、クナシヤバラが甘い香いを漂わせ、キュウリやトマトもかわいらしい花をつけています。

なんとなくどんよりしたイメージの梅雨ですが、ぜひ、色とりどりの花に目を向けてみてください。心の中まで明るくして、あなたを癒やしてくれると思いますよ。



『ヤングケアラー』という言葉は、あなたは聞いたことがありますか？

テレビやニュースでよく耳にするようになってきましたが、『ヤングケアラー』って知っていますか？

本来大人が担うと想定されているような、家事や家族の世話を、日常的に行っている子どものことを『ヤングケアラー』と言います。子どもが家事や家族の世話をすることは、普通のことだと思われるかもしれません。

しかし、ヤングケアラーは、年齢に見合わない重い責任や負担を負っていたり、勉強に励む時間や部活に打ち込む時間等、これらの「子どもとしての時間」と引き換えに家事をしている場合があります。

自分の周りにそんな人がいる、自分はヤングケアラーかも知れない、困っている事がある・・・そんな人がいたら、いつでも保健室の扉をノックしてください。相談しにくい人は下記の窓口にぜひ電話を！

<https://www.mhlw.go.jp/young-carer/> には他の相談窓口も載っています。

ヤングケアラーが になっていること

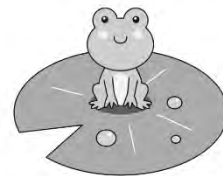
障がいや病気のある家族に代わって……

<p>おさないきょうだいの世話</p>	<p>ケアが必要な家族を見守る外出につきそう</p>
<p>買い物・料理 洗たくなどの家事</p>	<p>ほかにも 病気の家族の看病、障がいや病気のある家族の着替え、トイレなど身の回りの世話 お金の管理 など 日本ケアラー連盟の資料などから</p>

児童相談所 相談専用ダイヤル

通話料無料 いちはやく おなやみを


0120-189-783



* * * * * こんな誤解をしていない？ 食中毒の話 * * * * *

✕ 腐ったものを食べると食中毒になる

腐ったものを食べて下痢をするのと「食中毒」は別の話。「腐敗」はどんな細菌がくっついていても起こり、食品は変質してしまいます。一方「食中毒」を起こす細菌は限られています。それらの菌がくっついていても味や色、臭いが変わらないので、気づかないうちに食べて食中毒になることがあるのです。




✕ 生野菜では食中毒にならない

食中毒の原因菌が増えるためには、次の3つの要素が必要です。

① 栄養 ② 水分 ③ 温度

原因菌は、食品そのものを栄養にして、食品中の水分を利用し、10～60℃の環境でどんどん増えます。つまり3つの要素がそろえば生野菜でも食中毒は起こるのです。

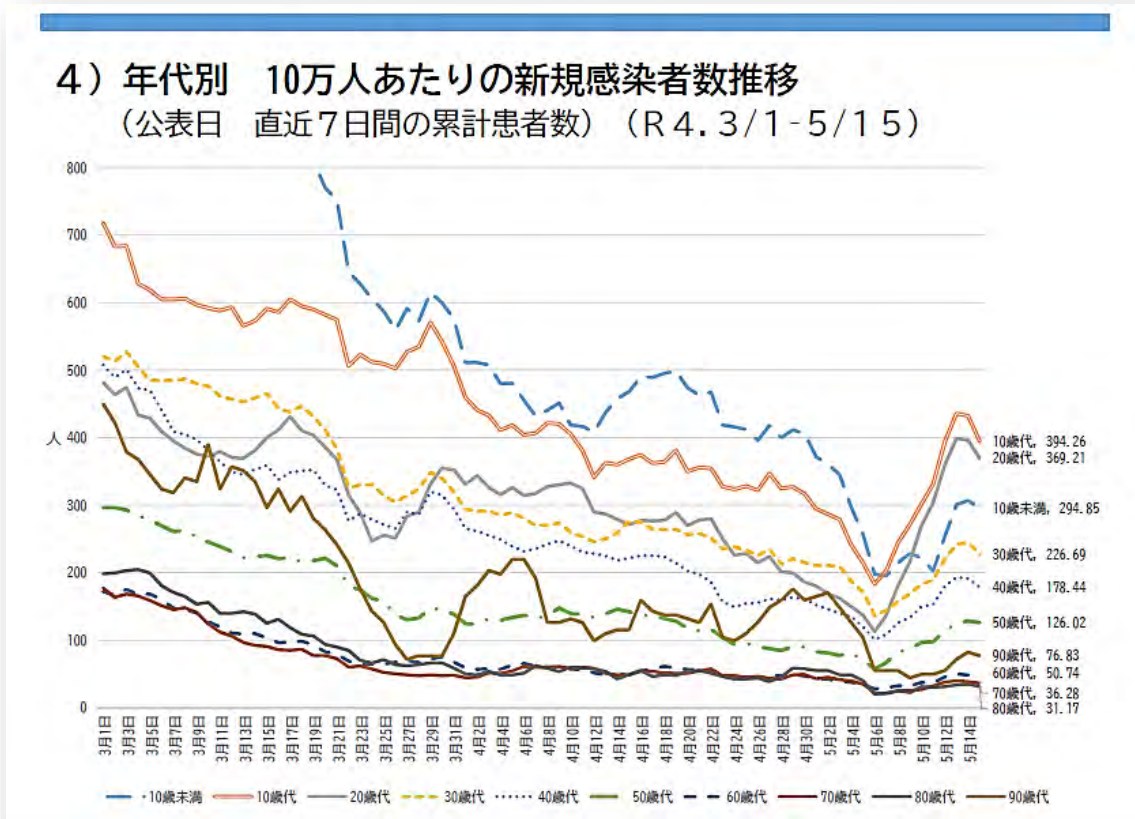


健康観察はしっかりと！

下のグラフは滋賀の最近の状況です。第6波では、10歳未満や10歳代に感染者が多くなったことがよくわかり、現在もその傾向は変わっていません。

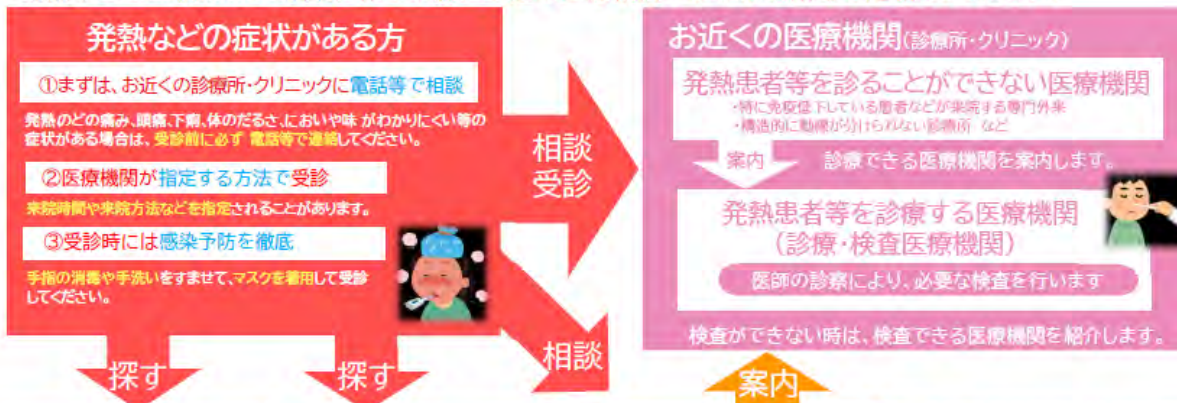
7月には文化祭を計画していますが・・・成功させるためには、皆さん一人ひとりの意識がとても大切です。毎日欠かさず健康観察を実施して、発熱等の症状がある時には必ず病院に行きましょう。昨年のように、コロナで文化祭が延期されないことを願っています。

【資料は滋賀県ホームページより】



発熱などの症状がある場合の相談・受診について

発熱などの症状がある場合、受診する前に身近な医療機関へまずは電話等で連絡してください。



<h3>診療・検査医療機関の検索はこちら</h3> <p>※同意が得られた医療機関のみ掲載。</p> <p>滋賀県 受診 検索</p>	<h3>お近くの医療機関の検索はこちら</h3> <p>病院・薬局検索</p> <p>医療ネット滋賀</p> <p>医療ネット滋賀 検索</p> <p>※全ての医療機関を検索することができます。</p>	<h3>相談先・受診先に迷ったとき</h3> <p>受診相談センター 毎日 24時間</p> <p>TEL 077-526-5411 FAX 077-525-6161 E-mail hoken@city.ofsu.lg.jp</p> <p>TEL 077-528-3621 FAX 077-528-3638 E-mail coronasoudan@shigakenet</p>	<h3>休日・夜間に症状が つらくなったとき</h3> <p>休日急病診療所等</p> <p>救急病院 (外来)</p> <p>新型コロナウイルスに感染する重症の場合に対応</p> <p>※受診前には必ず電話等で連絡してください。</p> <p>※緊急時に応急措置を行うところですので、基本的に新型コロナウイルスの検査はできません。</p>
---	---	--	--