



ヘルスメイトによる ふれあい親子クッキング教室

親子で楽しくヘルシーメニューを作ってみませんか。

【時】8月19日(水)午前10時～午後1時
【所】市立保健センター 【対】定小学生とその保護者、先着9組【¥】親子2人1組で800円(きょうだい一人追加400円) ※保険料含む
【申】【問】地域保健課

鶏肉の生食・加熱不足による 食中毒にご注意

鶏肉の生食・加熱不足による食中毒が多発しています。主な原因は、鶏、牛、豚などの腸内に常在しているカンピロバクターという細菌です。鶏の刺身やタタキなどの鶏肉の生食、焼き鳥・バーベ

キューなどでの加熱不十分な肉料理が原因で食中毒となります。

カンピロバクター食中毒を予防するために、鶏肉は生で食べず、中心まで十分加熱されていることを確認してから食べましょう。

【カンピロバクター食中毒の症状】

腹痛、下痢、発熱、頭痛など(食べてから1～7日で発症) ※まれに、手足の脱力や麻痺、呼吸困難といった神経症状を引き起こすギラン・バレー症候群を発症することがあります。

【問】藤井寺保健所生活衛生室衛生課(☎072・952・6165)

がんドックのご案内

【時】9月13日(日)、24日(木)、10月21日(水)、28日(火) 【内】胃がん(バリウム造影)、大腸がん、肺がん・結核検査 【対】受診時満30歳以上の市民(※30歳～39歳は胃がん検診のみ受診可。40歳以上の人は胃がん検診は必須とし、その他、大腸がん、肺がん結核検査も同時に受診できます) 【備】申し込みの時点で対象年齢に達していない場合でも、受診日に達する場合は申し込みます。

【申】【問】地域保健課

はくいクリニック(丹南4丁目)
院長 伯井 俊彦

胃がんの予防は胃ピロリ菌から

胃ピロリ菌は主に幼少期に感染し、長い年月をかけて胃の炎症を引き起こし、胃がんの原因となります。除菌治療によって、将来の胃がんの発生が3～5割程度減少することが知られています。最近の研究で、除菌治療は若い人だけでなく、高齢の方においても胃がんの発生や死亡を減らす効果があることが明らかになりました。80歳以上の方でも効果が認められた点は重要です。このため、「胃がんを防ぐ」という意味では、まず胃ピロリ菌を調べて除菌することがとても重要です。ただし、除菌をしても胃がんのリスクがゼロになるわけではありません。長年の感染によって胃の粘膜に萎縮性変化が残っている場合、その後もがんが発生する可能性があります。そのため、除菌後も一定のリスクがある方では、定期的な胃カメラ検査が大切になります。

つまり、除菌で「原因を減らし」、胃カメラで「早期発見する」という両方を組み合わせることが、胃がん予防には最も効果的と考えられます。気になる方は医療機関で相談されるか、(松原市)胃ピロリ菌検査＋胃がん検診の活用をお勧めします。

広告募集中

広報まつばらには、広告を掲載しています。掲載のお問い合わせは、

広告代理店 合同会社IM 総合企画 (☎072-275-5449)
広告代理店 株式会社ジチタイアド (☎092-716-1401)
広告代理店 株式会社宣成社 (☎06-6222-6888)
広告代理店 株式会社ウィット (☎072-668-3275) まで。