

PICK UP
12月1日は世界エイズデー
エイズは身近な問題です

WHO(世界保健機関)は、エイズまん延防止とエイズ患者・感染者に対する差別・偏見を解消するために、毎年12月1日を世界エイズデーとしています。HIV・エイズに関する正しい知識や理解を持って感染を予防しましょう。

宮崎市にも感染者はいるの？

エイズとは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染し、免疫機能が破壊されることでさまざまな病気を発症した状態のことをいいます。宮崎市の新規HIV感染者は、特に20~30歳代が多く、性的接触による感染が約9割を占めています。また、新規エイズ患者については、特に30歳代以上が多く、50歳代以上も増えてきています。

(1) HIV感染者の推移(単位: 件)

年	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27
全国	1,021	1,075	1,056	1,002	1,106	1,091	1,006
宮崎市	0	1	3	2	4	8	3

(2) エイズ患者の推移(単位: 件)

年	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27
全国	431	469	473	447	484	455	428
宮崎市	0	1	5	0	3	5	7

※感染症法に基づき、宮崎市内の医療機関から届け出があった件数。「宮崎市の件数=宮崎市民」ではありません

日常生活で感染するの？

HIVは次のようなことでは感染しません。



- 献血をする
- 咳やくしゃみ
- 体に触れたり握手をする
- トイレやお風呂を共有する
- 蚊などの虫にさされる

感染経路は？

HIVの感染は主に3つの経路に限られています。



性的接触による感染
感染者の精液や膣分泌液に含まれるHIVが、性器や肛門、口などを通して感染します。



血液による感染
HIVに感染している人が使用した注射器具の使い回しや、HIVが含まれた血液を輸血することで感染します。



母親から赤ちゃんへの母子感染
母親がHIVに感染している場合、出産時や母乳から子どもに感染します。

検査はどこでやってるの？

宮崎市では、エイズ・性感染症についての相談・検査を匿名で行っています。

- 場所/市保健所
- 対象/エイズや性感染症の感染に不安がある人
- 検査料/無料
- 申し込み/相談は随時、検査は完全予約制。匿名の相談・予約は専用電話(☎23-7333)へ。 ※平日(祝日、年末年始を除く)の8:30~17:15に受け付けています。

■検査日程

検査項目	実施日	実施時間	結果告知
HIV	第1月曜	18時~19時30分	1週間後
性器クラミジア感染症 梅毒感染症	第3・5月曜	13時30分~15時30分	
HIV	第2・4月曜	13時30分~15時30分	当日

ロコモの無料検診を行います

ロコモティブシンドローム(略称:ロコモ)とは、骨・関節・筋肉などの運動器の障害のために、移動機能が低下した状態です。進行すると介護が必要になるリスクが高くなります。ロコモは、子どもから高齢者まで段階に応じた予防が大切です。まずは、ロコモ検診を受けて、今の自分の状態を知りましょう!



- 日時/平成29年2月21日(火)・22日(水)9時~12時
- 場所/市保健所
- 対象/市内在住の人
- 定員/35人
- 料金/無料
- 申し込み/電話で、平成29年1月31日(火)までに健康支援課へ。

がん検診を受診しましたか

がん検診を受診すると、健康みやざきマイレージポイントが1つの検診につき、5ポイントもらえます。マイレージの申し込みは12月28日(水)までです。



- 検診の種類/胃がん検診(バリウム検査、リスク検査)、大腸がん検診、前立腺がん検診、結核・肺がん検診、子宮がん検診、乳がん検診、骨粗しょう症検診
- 受診期間/平成29年3月31日(金)まで
- 場所/指定医療機関
- 対象/市内在住で男性40歳以上、女性20歳以上の人
- 持参するもの/平成28年度宮崎市健康診査受診券、健康保険証、自己負担金

障がい者福祉のため寄付のご協力を

皆さんからの寄付により、宮崎市国際障害者年記念福祉事業基金を設け、障がい者福祉を向上するための事業に役立てています。皆さんのご協力をお願いします。

[問] 障がい福祉課 ☎21-1772、FAX21-1776

こころの悩みはありませんか

①こころの健康相談
精神科医が、悩みを抱える本人・家族の相談に応じます。既に精神科に通院している人は主治医に相談してください。



②精神障がい者家族教室
家族や支援者を対象とした教室です。「地域で安心して暮らすために」をテーマに、精神科医による講話を行います。家族同士のミーティングの時間も設けています。

- 日時/①12月22日(木) 13時30分から、14時30分から、15時30分から ②平成29年1月23日(月) 13時30分~16時
- 場所/市保健所 ■対象/市内在住の人 ■料金/無料
- 申し込み/電話で、①12月21日(水)まで、②平成29年1月19日(木)までに健康支援課へ。

[問] 健康支援課 ☎29-5286、FAX29-5208

栄養塾で健康になろう

糖尿病や高血圧など、生活習慣病を予防・改善するための講話、減塩食の試食を行います。また、希望者には自宅で作ったみそ汁の塩分測定も行います。

- 日時/平成29年1月16日(月)14時~15時(受け付けは13時45分から)
- 場所/大塚公民館
- 対象/20歳以上で市内在住の人 ■定員/30人 ■料金/無料
- 持参するもの/筆記用具、希望者当日自宅で作ったみそ汁100cc程度
- 申し込み/電話またはFAXで、平成29年1月5日(木)までに健康支援課へ。

[問] 健康支援課 ☎29-5286、FAX29-5208

「宮崎いきいき健幸体操」一般研修会

高齢者対象の健康運動教室で実施している「宮崎いきいき健幸体操」を、一般向けに行います。

- 日時/平成29年1月18日(水)・19日(木)13時30分~16時
- 場所/宮崎市民プラザ
- 対象/市内在住で両日とも参加できる人
- 定員/35人 ■料金/無料
- 申し込み/電話で、12月26日(月)までに市コールセンター(☎25-2111)へ。多いときは抽選。初めての人を優先。

[問] 長寿支援課 ☎21-1773、FAX31-6337



Noxudol 施工店は、宮崎でココだけ!

愛車をサビから守る方法があります!

携帯はコチラから

こうなる前に! 早めの対応が肝心です!

カーケア宮崎について

株式会社エーグリーン宮崎
宮崎市阿波岐原町産母128-38
営業時間9:00~18:00 定休日/不定 ※土日祝日対応可能です。ご連絡下さい。

☎0985-39-0017

相談窓口


こころのダイヤル [問] 宮崎自殺防止センター ☎77-9090 【相談日時】月・水・金・日曜 20:00~23:00
ライフネット宮崎 ☎28-2555 【相談日時】火・木・土曜 19:00~23:00

流産、死産、病気などで子どもを亡くされた人の相談(グリーフケアはあと)
[問] 当事者の会 ☎080-8589-3216 【相談日時】月~金曜 9:00~17:00
メンタルサポートスローステップ ☎080-8589-3215 【相談日時】木曜 9:30~15:30

臨床心理士による生き方・こころの相談(要予約) 【相談日時】H29/1/12(木)14:00~16:00
弁護士による法律相談(要予約) 【相談日時】H29/1/18(水)14:00~16:30
[問] 宮崎市男女共同参画センター ☎25-2057(9:00~16:30は、男女共同参画の相談も受け付けます)

【相談日時】月~金曜 8:30~17:15(祝・休日、年末年始を除く)
[問] 児童虐待の相談...子育て支援課 家庭児童相談室 ☎21-1766
高齢者虐待の相談...長寿支援課(☎21-1773)または各地域包括支援センター
障がい者虐待の相談...障がい福祉課(☎21-1772)または市障がい者総合サポートセンター(☎63-2688)

市では、左記の相談以外にも、弁護士による法律相談などさまざまな相談を受け付けています。詳しくは市ホームページからも確認できます。



[問] 健康支援課 ☎29-5286、FAX 29-5208

※この欄は、広告です。掲載されている広告の内容などの問い合わせは、直接広告主へお願いします。