

松戸市公式ホームページからダウンロードできますので、市民の皆さんや事業者の皆さんも掲示や配布などにご協力ください。

厳しい暑さが続いています 熱中症に気をつけましょう！

健康推進課 ☎047-366-7485

熱中症は、日頃のちょっとした工夫で予防できます。熱中症について正しく理解し、予防に努めましょう！ 節電を意識しすぎるあまり健康を害することがないように注意しましょう。

◆熱中症になりやすい人

・高齢者・子ども ・体調の悪い人 ・肥満の人 ・持病のある人 等

◆熱中症の症状

軽度では、めまいや立ちくらみ、筋肉痛や筋肉の硬直などの熱けいれん、大量の発汗など。中度では吐き気や倦怠感などの熱疲労や頭痛など。重度になると意識障害、けいれん、手足の運動障害や高体温（体に触ると熱いという感触）。

◆熱中症の手当て

・すぐに風通しのよい日陰やできればエアコンが効いている室内などに避難させる ・衣服を脱がせ皮膚に水をかけたり、うちわや扇風機などで扇ぐ ・氷嚢などがあれば、頸部、脇の下、そ頸部（大腿の付け根）にあてる。もし意識がはっきりしている場合は、冷たい飲み物を与える ・飲み物は塩分が適切に補えるイオン飲料が最適（なければ水1リットルに塩1グラムから2グラム程度の食塩水でもよい）。自力で水分摂取できないような状態であれば、早急に医療機関に搬送する

◆熱中症を防ぐポイント

体調管理に気をつけましょう

・日頃から十分な睡眠時間をとり、しっかりご飯を食べる ・下痢や発熱、寝不足など体力が低下している時は、無理をしない ・こまめに体温測定する

こまめに水分補給をしましょう

・屋内・屋外を問わず、こまめに水分補給をする ・高齢者は朝起きたとき、夜寝る前、入浴の前後などに喉が渇いていなくても水分をとる ・通常的水分補給は、水・麦茶などにし、イオン飲料は糖質や塩分が含まれているので、下痢や発熱、発汗が多いときなど、激しく水分が失われた時以外は控える

部屋の温度に注意しましょう

・扇風機やエアコンを上手に使い、温度調整をする。使用する場合には温度設定に気をつけ、体に直接風があたらないようにする（温度設定の目安は、外気温マイナス5度以内、27度から28度位） ・シャワーや冷たいタオルで体を冷やす（新生児期や小さい月齢では、体温調整する機能が未熟なので、服装や室内環境で調整する） ・水分補給ができない、ぐったりしている、意識がはっきりしない、おう吐、呼吸が速くなるなど重症の疑いがあるときは、早めに医療機関を受診したり、救急車を呼びましょう！

食中毒注意報が発令されました

健康福祉政策課 ☎047-704-0055

■発令期間

・平成25年7月9日(火)午後2時から9月30日(月)まで

■食中毒の発生を防ぐには

食中毒注意報の発令期間中は、細菌性食中毒の発生が多くなりますので、以下の事に注意して食中毒を防ぎましょう（『家庭でできる食中毒予防対策6つのポイント』から抜粋）。

1 買い物をする時

・魚、肉、野菜などの生鮮食品は、新鮮な物を購入しましょう。

2 保存する時

・冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。

3 下準備の時

・下処理をする時に魚や肉などの食材を扱った後には、必ず手を洗いましょう。

・野菜や果物は流水でよく洗いましょう。

4 調理の時

・調理する前には、必ず手を洗いましょう。

・加熱調理をする食品は、食品の中心部の温度が75℃に1分以上を目安に十分加熱をしましょう。

5 食事の時

・食事をする前には、まず手を洗いましょう。

・調理が済んだ食品は、室温に放置しないで早めに食べましょう。

6 食べ残しがある時

・調理をしてから時間が経ちすぎたと思ったら思い切って捨てましょう。

※ 特に海や山などの行楽地で食べる「弁当やおにぎり」は、必ず当日に調理し、食べるまでは直射日光を避けるなどして保管し、温度管理に注意しましょう。さらに、なるべく早めに食べ、食べ残しを時間を置いて食べることは避けましょう。

■肉の生食・加熱不足にご注意を！

食肉には「腸管出血性大腸菌(O157等)」「カンピロバクター」などの食中毒菌が付着している場合があります。

・食事の前には、必ず手を洗いましょう

・肉やレバーは十分に中心部までよく加熱して食べましょう。（中心温度75℃で1分以上）

・肉を調理する場合は、「生肉を扱う箸」（調理用の箸）と「焼けた肉を扱う箸」（食事用の箸）とを必ず分けましょう。

・動物を触った後は、必ずせっけんを使用し、十分に手を洗いましょう。

まつどニュースが
週刊になります

東日本大震災直後から、平日の毎朝発行している「まつどニュース」が、8月から毎週水曜日の発行となります。より分かりやすく、見やすくリニューアルします。

※水曜日が祝日等閉庁日の場合は翌開庁日。緊急で周知すべき事案が発生した場合は、水曜日以外にも発行します。

食材の放射性物質測定

松戸産農作物

検査品目	地区名	セシウム134	セシウム137
6/28			
えだまめ	常盤平	検出せず(12.07未満)	検出せず(10.21未満)
えだまめ	五香西	検出せず(10.10未満)	検出せず(7.60未満)
えだまめ	旭町	検出せず(10.98未満)	検出せず(9.88未満)
6/27			
びわ	幸谷	検出せず(6.04未満)	検出せず(5.85未満)
6/26			
メロン	松戸新田	検出せず(7.25未満)	検出せず(5.32未満)
えだまめ	常盤平	検出せず(8.95未満)	検出せず(6.78未満)
6/20			
とうもろこし	松戸新田	検出せず(5.11未満)	検出せず(6.22未満)
うめ	大橋	検出せず(8.04未満)	検出せず(5.77未満)
6/19			
なす	松戸新田	検出せず(7.51未満)	検出せず(6.89未満)
トマト	松戸新田	検出せず(7.30未満)	検出せず(6.72未満)
6/13			
ブルーベリー	幸田	検出せず(9.05未満)	検出せず(6.32未満)
きゅうり	常盤平	検出せず(6.71未満)	検出せず(5.27未満)
うめ	東平賀	検出せず(7.76未満)	検出せず(6.62未満)
えだまめ	常盤平	検出せず(15.96未満)	検出せず(16.46未満)
6/12			
トマト	常盤平	検出せず(7.40未満)	検出せず(5.89未満)
えだまめ	上矢切	検出せず(7.06未満)	検出せず(6.49未満)
6/6			
きゅうり	五香西	検出せず(4.89未満)	検出せず(5.50未満)
にんじん	五香西	検出せず(8.64未満)	検出せず(5.75未満)
たまねぎ	五香西	検出せず(4.68未満)	検出せず(4.40未満)
なす	五香西	検出せず(8.68未満)	検出せず(7.09未満)
えだまめ	新松戸	検出せず(6.40未満)	検出せず(6.26未満)
えだまめ	新松戸	検出せず(6.42未満)	検出せず(5.43未満)
えだまめ	大橋	検出せず(7.11未満)	検出せず(5.88未満)

給食のまるごと放射性物質検査(ミキシング)

この間の保育所(園)47園、市立小中学校64校で給食を検査した結果、放射性セシウム134、137ともに、すべて「検出せず」でした。

単位<Bq/kg>

江戸川でウナギを採捕される皆様へ

千葉県が平成25年6月3日に実施した水産物の放射性物質検査の結果が6月7日に公表され、江戸川で捕獲されたウナギから国の基準値を超える放射性セシウムが検出されたため、関係漁業協同組合等に出荷自粛の要請がありました。江戸川でウナギを採捕される方は、採捕したウナギを食べることを控えてください。なお、松戸市では、事前にご予約をいただければ、採捕したウナギ等の簡易検査を実施します。 農政課 ☎047-366-7328

放射線専門医による健康相談

- 相談時間：15時から17時までの1回約30分(診察・検査はなし)
- 対象：市内在住で、中学生以下のお子さんがいる保護者や妊娠中の人
- 希望日の前日までに電話予約

相談場所	相談日(水曜日)
中央保健福祉センター	平成25年7月10日、10月9日、平成26年1月8日
小金保健福祉センター	平成25年8月14日、11月13日、平成26年2月12日
常盤平保健福祉センター	平成25年9月11日、12月11日、平成26年3月12日

●健康推進課 ☎047-366-7485

ホールボディカウンター測定費用の一部を助成

- 助成対象期間
 - ・25年4月1日(月)~26年3月31日(月)の期間に測定したもの
 - 助成の対象となる方
 - ・松戸市に住民登録があり、妊婦または、高校生相当までの年齢にある方
- ※乳幼児で測定が困難な場合は、本人と1日の大半の生活を共にしている同一世帯者1人が代わることができます。測定

が困難な乳幼児が2人以上いる場合でも、代わることができる同一世帯者は1人です。

- 助成金額について
 - ・測定1人につき、5,000円限度
- 助成申請期間
 - ・26年3月31日(月)まで
- 申し込みは、健康推進課 ☎047-366-7485

県松戸産農作物

検査品目	セシウム134	セシウム137
5/7		
だいこん	検出せず(6.0未満)	検出せず(5.7未満)
4/26		
かぶ	検出せず(5.6未満)	検出せず(5.0未満)
4/10		
たけのこ	7.46	16.9
たけのこ	9.25	17.7
たけのこ	4.81	13
3/18		
夏みかん	15.3	19.5
甘夏	16.5	32.1
1/21		
かぶ	検出せず(2.5未満)	検出せず(1.5未満)
かぶ	検出せず(1.9未満)	検出せず(2.3未満)
かぶ	検出せず(2.5未満)	検出せず(2.3未満)
12/10		
しいたけ(菌床)	5.97	9.61
12/4		
ちんげんさい	検出せず(2.8未満)	検出せず(3.5未満)
11/27		
ゆず	14.6	25.8
ゆず	41.6	68.6
ゆず	10.9	21.3
11/6		
かぶ	検出せず(2.1未満)	検出せず(1.7未満)
かぶ	検出せず(1.7未満)	検出せず(2.6未満)
かぶ	検出せず(2.2未満)	検出せず(2.7未満)
キウイフルーツ	5.86	8.11
ねぎ	検出せず(2.4未満)	検出せず(1.7未満)
10/15		
くり	28.4	41.2
10/9		
かき	4.68	8.67
8/14		
ぶどう	検出せず(1.6未満)	検出せず(1.5未満)
7/31		
なし	検出せず(1.4未満)	検出せず(2.0未満)

学校給食食材

検査品目	生産地	セシウム134	セシウム137
7/8			
おくら	鹿児島県	不検出	不検出
まいたけ	新潟県	不検出	不検出
枝豆	埼玉県	不検出	不検出
かぼちゃ	茨城県	不検出	不検出
ピーマン	茨城県	不検出	不検出
しめじ	長野県	不検出	不検出
えのきだけ	新潟県	不検出	不検出
なす	茨城県	不検出	不検出
きゅうり	山形県	不検出	不検出
すいか	千葉県	不検出	不検出
冬瓜	愛知県	不検出	不検出
にんにく	青森県	不検出	不検出
7/1			
ホールコーン	北海道	不検出	不検出
しそ	愛知県	不検出	不検出
もやし	千葉県	不検出	不検出
大根	青森県	不検出	不検出
うすらの卵	国産	不検出	不検出
たまご	千葉県	不検出	不検出
厚けすり	鹿児島県・静岡県	不検出	不検出
しらす干し	愛知県	不検出	不検出
マッシュルーム	岡山県	不検出	不検出
干しいたけ	大分県・愛媛県	不検出	不検出
小麦粉	埼玉県・群馬県・宮城県	不検出	不検出
でんぷん	北海道	不検出	不検出
6/24			
プラム	山梨県	不検出	不検出
かぼちゃ	千葉県	不検出	不検出
ほうれんそう	茨城県	不検出	不検出
小松菜	千葉県	不検出	不検出
なす	群馬県	不検出	不検出
いんげん	千葉県	不検出	不検出
天の川ゼリー	果汁：静岡県	不検出	不検出
七夕ゼリー	果汁：静岡県	不検出	不検出
干しえび	瀬戸内海産	不検出	不検出
ゆかりご飯の素	静岡県	不検出	不検出
菜めしの素	広島県	不検出	不検出
飲用牛乳	千葉県	不検出	不検出

保育所給食食材

検査品目	生産地	セシウム134	セシウム137
7/8			
とうもろこし	千葉県	不検出	不検出
小松菜	群馬県	不検出	不検出
チンゲン菜	静岡県	不検出	不検出
長ねぎ	茨城県	不検出	不検出
にら	茨城県	不検出	不検出
玉葱	栃木県	不検出	不検出
人参	千葉県	不検出	不検出
7/1			
枝豆	千葉県	不検出	不検出
オクラ	鹿児島県	不検出	不検出
しめじ	長野県	不検出	不検出
グリーンアスパラガス	青森県	不検出	不検出
かぼちゃ	千葉県	不検出	不検出
すいか	千葉県	不検出	不検出
6/24			
トマト	千葉県	不検出	不検出
にら	茨城県	不検出	不検出
胡瓜	埼玉県	不検出	不検出
舞茸	新潟県	不検出	不検出
じゃがいも	長崎県	不検出	不検出
長いも	青森県	不検出	不検出
キャベツ	千葉県	不検出	不検出
6/17			
えのきだけ	長野県	不検出	不検出
たけのこ水煮	福岡県	不検出	不検出
ピーマン	茨城県	不検出	不検出
ほうれん草	千葉県	不検出	不検出
ごぼう	宮崎県	不検出	不検出
なす	群馬県	不検出	不検出
いんげん	千葉県	不検出	不検出
6/10			
牛乳	茨城県他複数県	不検出	不検出
長ねぎ	茨城県	不検出	不検出
小松菜	埼玉県	不検出	不検出
玉ねぎ	佐賀県	不検出	不検出
チンゲン菜	静岡県	不検出	不検出
白菜	茨城県	不検出	不検出
人参	千葉県	不検出	不検出

流通食品・飲料水

検査品目	地区名	セシウム134	セシウム137
7/1~7/5			
井戸水	高塚新田	検出せず(2.4未満)	検出せず(1.9未満)
井戸水	上矢切	検出せず(2.4未満)	検出せず(2.0未満)
6/17~6/21			
ワカメ	県内	検出せず(8.9未満)	検出せず(6.9未満)
井戸水	馬橋	検出せず(2.3未満)	検出せず(1.9未満)
6/10~6/14			
湧き水	福島県	検出せず(2.5未満)	検出せず(1.9未満)
貝	県内(江戸川河口)	検出せず(30.2未満)	検出せず(24.2未満)
6/3~6/7			
粉ミルク	市内	検出せず(11.3未満)	検出せず(8.8未満)
井戸水	河原塚	検出せず(2.5未満)	検出せず(1.9未満)
井戸水	上本郷	検出せず(2.3未満)	検出せず(1.8未満)
井戸水	東松戸	検出せず(2.4未満)	検出せず(2.0未満)
井戸水	河原塚	検出せず(2.4未満)	検出せず(1.9未満)
5/27~5/31			
井戸水	六高台	検出せず(2.4未満)	検出せず(1.9未満)
井戸水	河原塚	検出せず(2.4未満)	検出せず(1.9未満)
井戸水	大橋	検出せず(2.5未満)	検出せず(2.0未満)
5/20~5/24			
米	新潟県	検出せず(9.0未満)	検出せず(7.2未満)
5/13~5/17			
井戸水	茨城県	検出せず(2.5未満)	検出せず(2.0未満)
井戸水	福島県	検出せず(2.7未満)	検出せず(2.2未満)
井戸水	福島県	検出せず(2.6未満)	検出せず(2.1未満)
4/30~5/10			
井戸水	栗山	検出せず(2.6未満)	検出せず(2.0未満)
飲料水	市内	検出せず(2.5未満)	検出せず(2.0未満)
粉ミルク	市内	検出せず(10.8未満)	検出せず(8.3未満)



facebook



twitter

微小粒子状物質 (PM2.5) に関する情報

高濃度予測時の注意喚起について

松戸市では、千葉県が平成25年3月12日より運用開始するPM2.5高濃度時の注意喚起実施に基づき、次の対応等により市民の皆さんへの注意を呼びかけることとしました。

学校・保育所・支所・市民センター等主な公共施設および類似施設への連絡やお知らせ看板の掲示、防災行政無線、松戸市安全安心メール、松戸市公式ツイッター、コアラテレビの文字情報

場所	日付	<μg/m ³ >		
		5時	6時	7時
松戸市根本測定局 松戸市根本387-5	7/10	35	36	38
	7/9	22	34	27
	7/8	8	11	13
	7/5	8	4	16
	7/4	13	20	4
	7/3	14	0	17
	7/2	5	10	10

※自動測定機の測定原理における誤差要因等により、微小粒子状物質濃度が非常に低い場合、マイナス値になることがあります

注意喚起時の行動の目安(例)

不要不急の外出や屋外での長時間の激しい運動をできるだけ減らす。

屋内においても換気や窓の開閉を必要最小限にするなどにより、外気の屋内への侵入をできるだけ少なくし、その吸入を減らす。

特に呼吸器系や循環器系の疾患を有する者、小児、高齢者などは、体調に応じてできるだけ外出を控える。

環境保全課 ☎047-366-7337

風しん予防接種費用の一部助成 申請を受け付けています

●対象者

- ・松戸市に住民登録のある方のうち
 - (1) 妊娠している女性の①夫②同居する家族等
※妊娠中の方は、予防接種を受けることはできません。
 - (2) 妊娠を予定または希望している①女性②女性の夫 ③女性と同居する家族等
※妊娠を希望している女性の方は、接種後2か月は避妊が必要です。ただし、次の方は原則として接種の必要はありません。
 - (1) 風しんにかかったことがある方
 - (2) 過去に2回以上、風しんまたは麻しん風しん混合(MR)ワクチンの予防接種をしたことがある方

●助成額

- ・風しん単独ワクチンを接種した場合 4,000円
- ・麻しん風しん混合(MR)ワクチンを接種した場合 6,000円
- ※ 接種費用が助成額に満たない場合は、実費が助成額となります。
- ・生活保護の方は全額償還払い

●助成回数

- ・1人1回限りとなります。

●接種場所

- ・医療機関の指定はありません。

●助成の対象となる接種期間

- ・平成25年4月1日(月)から平成26年3月31日(月)接種分まで

●申請方法 (1) または (2) の方法で申請してください。

- (1) 松戸市 中央保健福祉センター3階 健康推進課予防衛生班窓口(平日8時30分から17時まで)に直接来所
- (2) 「松戸市風しん及び麻しん風しん混合ワクチン予防接種費用助成金支給申請書」を松戸市ホームページからダウンロードし、健康推進課予防衛生班へ郵送

●申請に必要なもの

- (1) 窓口申請の場合
 - ① 領収書及び接種済証② 印鑑③通帳の写し(振込先口座番号及び口座名義人が分かるもの)④ 生活保護受給者証(生活保護を受けている方のみ)⑤ 委任状(申請者と口座名義人が異なる場合は、委任状が必要となります)
- (2) 郵送の場合
 - ① 松戸市風しんおよび麻しん風しん混合ワクチン予防接種費用助成金支給申請書 ※押印漏れがないようお願いします② 領収書および接種済証③ 通帳の写し(振込先口座番号および口座名義人が分かるもの)④ 委任状(申請者と口座名義人が異なる場合は、委任状が必要となります)

〒271-0072 松戸市竹ヶ花74の3
中央保健福祉センター内 健康推進課

●申請書を受理してから入金するまで、事務手続きの関係上、約2カ月程お時間を頂いておりますので、ご了承ください。

●健康推進課 ☎047-366-7485

高齢者を狙った健康食品の送りつけにご注意を!!

「突然、知らない業者から『以前、注文を受けた健康食品の準備ができたので、代引きで送る』という電話があった。注文していないと断っても『注文時の録音がある』『裁判する』などと脅し、無理やり承諾させられた。どうしたらいいか」という相談が急増しています。

※ 消費者トラブルに巻き込まれないよう注意しましょう!!
契約等のトラブルで困ったときは、
松戸市消費生活センター(☎047-365-6565)へご連絡ください。



こんなときは

- 一方的に「商品を送る」と言われても覚えがなければ、きっぱり断りましょう。
- 商品が送られてきたら、受け取り拒否をしましょう(送り主の記録を取っておきましょう)。
- 断りきれずに承諾し、商品が届いてもクーリングオフできる場合があります。
- 困ったときは、消費生活センターにご相談ください。