

健康だより

NO. 64

<秋号>

発行日 2023 年 10 月
(一財) 三重県産業衛生協会
〒511-0068 桑名市中央町3丁目23番地
TEL : (0594) 22-1010
FAX : (0594) 22-1011
<http://www.kenkoshindan.or.jp>

食欲の秋、運動の秋、読書の秋、それぞれの秋を楽しみながら健康維持・増進に努めましょう。

三重県産業衛生協会の設立 50 周年を記念して、検査料金の割引キャンペーンを企画いたしました。この機会にご受診ください。



50 周年記念キャンペーン

1.【胸部 CT 検査】 ※通常 14,300 円 ⇒ 9,900 円

胸部 CT 検査では、肺がん、肺結核、気管支拡張、胸部大動脈瘤、肺静脈瘤、心臓疾患など小さな病変まで発見でき、胸部 X 線検査では見つけにくい心臓や横隔膜などに隠れる場所の病変も見つける事ができます。

2.【腹部 CT 検査】 ※通常 11,000 円 ⇒ 7,700 円

腹部 CT 検査では、肝臓、胆嚢、膵臓、腎臓、脾臓などを観察します。腹部 X 線検査や腹部超音波検査で観察しにくい深部臓器の描出が可能で、それぞれの臓器の腫瘍や結石、脂肪肝などの病変がわかります。

◆【胸部 CT 検査 + 腹部 CT 検査】 ※通常 17,600 円 ⇒ 12,100 円

胸部 CT 検査と腹部 CT 検査を同時に受診いただいた場合の料金です。セット価格が更に割引になります。



3.【インボディー測定】 ※通常 1,100 円 ⇒ 770 円

体を構成する基本成分である体水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪・筋肉量を定量的に分析します。

4.【動脈硬化測定】 ※通常 2,200 円 ⇒ 1,540 円

両腕、両足首の血圧を測定し、ABI・CAVI を短時間で調べます。

ABI …動脈の狭窄や閉塞を評価する検査

CAVI…動脈の硬さを調べる検査、おおよその「血管年齢」がわかります

5.【VR 認知機能検査】 ※通常 3,300 円 ⇒ 2,200 円

専用機器を覗き込み、見つめた目の動きを分析して軽度認知障害（MCI）のリスクを評価します。軽度認知障害（MCI）段階の人が医師による適切な処置や、生活習慣病の改善等を行うと 14～44%が健常状態に戻ると言われています。

～50 周年記念キャンペーン検査について～

『キャンペーン期間：2023 年 10 月 1 日 ～ 2024 年 9 月 30 日』

定期健康診断（労働安全衛生規則 44 条）、生活習慣病予防健診、人間ドック等にオプション検査として追加いただけます。

ご受診は“くわな健康クリニック”のみとなり、巡回健診では対応出来かねますので予めご了承ください。検査のご予約等は、当クリニックまでお問い合わせください。

循環器検診車の導入

2023 年度の JKA 競輪補助事業の補助金交付を受け、来年 3 月に循環器検診車を新たに導入いたします。労働安全衛生法を含む一次検査だけではなく、腹部超音波検査や労災二次健康診断にも対応いたします。



季節性インフルエンザについて

新型コロナウイルス感染症の位置づけは、これまで「2 類相当」とされていましたが、5 月 8 日から「5 類感染症」となり、日常における基本的感染対策は、個人や事業者の判断に委ねられ、自主的な取組をベースとした対応に変わりました。行動制限の緩和から海外との人の往来も再開していることや、コロナ禍で若年層を中心に免疫力が低下していることで、季節外れのインフルエンザ流行もみられています。

9 月 4 日～9 月 10 日（2023 年第 36 週）の間に全国およそ 5,000 か所の定点医療機関から報告されたインフルエンザ患者数は 22,111 人（去年同期 133 人）で、前週の 8 月 28 日～9 月 3 日（第 35 週）の 12,638 人（去年同期 135 人）から 9,473 人増えています。この第 36 週の報告数を基に推計される全国のインフルエンザ患者数は、一週間でおよそ 151,000 人にのぼります。

現在、新型コロナとインフルエンザは同時流行しており、感染予防にはマスクの着用、手洗い・手指消毒、適切な換気等とともに重症化防止効果が期待できるワクチン接種も重要です。引き続き一人ひとりができる感染予防対策を心がけましょう。

～インフルエンザワクチン予防接種のお知らせ～

当クリニックでは 10 月 2 日より受付を開始します

予約開始日：（個人）10 月 2 日（団体）10 月 2 日

接種開始日：（個人）11 月 1 日（団体）10 月下旬

接種費用：4,400 円（税込）

接種日程等、ご不明な点がございましたら、当クリニックまでお問い合わせください

【問い合わせ先】三重県産業衛生協会 くわな健康クリニック

TEL：0594-22-1010 個人（クリニックにてお申込みの方）…ガイダンス ②

団体（巡回にてお申込みの事業所様）…ガイダンス ①



食育と健康 その48

健康だより

No. 64 発行日 2023 年 10 月
(一財)三重県産業衛生協会



食育と健康 第48回は、人間と犬の長い共存の歴史から誕生した
「盲導犬」(後編)のご紹介です。

盲導犬は主に大きく分けると4つの役割を担っています。

- ★ 交差点や道路の角で止まり、その位置を知らせる 方向を変換する指示に従い方向を変えること
- ★ 交差点から次の交差点までその間にある障害物を回避し主人を安全に誘導すること
- ★ 指示により、近くの目的箇所や目標物へ誘導すること
- ★ 歩道や段差、階段を発見して止まること

車が接近している時に盲導犬使用者が発進の命令をした場合は、指示に従わず歩き出さないような訓練をしています。盲導犬は信号の色を判断することはできません。またカーナビゲーションのように道案内をしているわけでもないので周囲のサポートが必要です。

視覚障害者の方へのサポートは、最初に「お手伝いしましょうか」「どちらの方向に行きますか」などのように声をかけ、援助が必要かをたずねて意向を尊重してください。

方向や場所をたずねられた時には「左、右、約〇〇メートル」などと具体的に説明をしてください。

誘導した場合は別れる際に現在の位置と方向をはっきり伝え、離れることを声掛けし離れてください。

手引きで誘導するときの基本姿勢と誘導のしかた

- ・ハーネスを持っていない側の斜め半歩前、後ろからひじや肩を軽くつかんでもらう
- ・道路を横断する時は一旦停止し、声にして伝える
- ・段差や階段の場合も一旦停止し、上り下りの段差がある状況を伝える



盲導犬は一般のペットとは違い、公共施設・公共交通機関(バス、電車、タクシーなど)・不特定多数の方が利用する病院・スーパー・レストラン・ホテルなどを利用することが身体障害者補助犬法で認められています。鉄道やバスなどの交通機関では、盲導犬が他のお客様の妨げにならないよう足もとに引き寄せ伏せさせて着席します。また、レストランなどでは通路などをふさぐことがないようイスやテーブルの下に盲導犬を入れて伏せさせます。



エスカレーター使用



電車内待機



バス内待機



飲食店内待機

盲導犬と歩くユーザーに出会ったら **皆様への大切なお願い**

無断で盲導犬やユーザーの写真、動画などを撮らないでください。
ユーザーは目の見えない方や見えにくい方です。突然シャッター音がすると何を撮られているのか分からず不安になります。またユーザーが写り込む場合は本人のプライバシー侵害の恐れもありますし、カメラのシャッター音やフラッシュにより、盲導犬が仕事に集中できなくなる可能性があります。盲導犬の写真を撮りたい場合はユーザーに事前に声をかけ、了解をとってください。

ユーザーの方へ声をかけてください。

盲導犬を連れていても道に迷ったり、周囲の状況が分からずユーザー自身が不安になる場合があります。ユーザーが困っている様子を見かけた際は、盲導犬にではなく、ユーザーの方に「何かお手伝いしましょうか」と声掛けをお願いします。

ハーネスをつけた盲導犬は「工作中」です。

盲導犬がハーネスをつけているときは、歩いている、いないにかかわらずさわったり、声をかけたりしないようにお願いします。また、さわらなくても犬の目をじっと見つめるのもやめましょう。気が散ってユーザーの指示に集中できなくなってしまいます。

盲導犬におやつなどの食べ物をあげないでください。

盲導犬は、健康管理のため、そしてトイレのタイミングをコントロールするために食事の時間・量も決まっており、犬の体質に合ったドッグフードを、ユーザーが与えています。「かわいい」と思っても、食べ物や水を与えないでください。



盲導犬は工作中、白または黄色のハーネスをつけています。



横断歩道



券売機誘導



電車への乗車



座面への誘導



視覚障害者の駅ホームからの転落事故をなくすためのホーム訓練動画



～鉄道技術研修センター～

視覚障害者が安全に屋外を歩行するための方策として盲導犬使用の他、同行援護の利用や白杖等での歩行などがありますが、盲導犬とともに社会に出向くメリットは、「時と場所を選ばない」ことです。

盲導犬は視覚障害者の自立支援と社会参加のために育成され無償貸与されます。

共生社会といわれる昨今ですが、地域社会のみな様のお力添えなしでは

盲導犬育成事業は成り立ちません。 今後とも変わらぬご支援を・・・

社会福祉法人中部盲導犬協会
盲導犬総合訓練センター
〒455-0066 名古屋市中区寛政町3丁目41番地の1

ご協力・参考資料
社会福祉法人
中部盲導犬協会
ホームページ



～ やさしさを誰もが過ごしやすい社会へ ～



てまえどり

10月30日 食品ロス削減の日

商品棚の手前にある商品を積極的に選ぶ行為

