



保健所業務案内



保健所での健診当日の注意事項

■受付時間■

・受付順にご案内しますが、都合により前後します。ご了承ください。

■食事■

朝食は食べずにお越しください。

- ・水・麦茶・日本茶・紅茶（糖分や脂肪分を含んでないもの）・ブラックコーヒーは摂取可です。糖分や脂肪分が検査値を上昇させます。空腹時の状態で測定します。
- ・毎朝のお薬は飲んで大丈夫です。問診時に薬を飲んだことを申し出てください。

■服装■

- ・X線撮影が服装のままできるように、無地のTシャツを着てお越しください。
- ・X線撮影時に、上半身に金属やプラスチックのついている下着は外して撮影します。
- ・ストッキングの着用は避けてください。足首に心電図の電極を付けるためです。
- ・採血や血圧測定がしやすいように、腕まくりできる服装でお越しください。

■女性の方へ■

- ・女性の方で妊娠中、生理中の方は、必ず受付に申し出てください。
- ・妊娠中の方はX線検査を省略します。生理中の方は尿検査判定の参考にします。

★保健所事業案内★

ご相談は平日の8:30~17:00にお電話及びご来所下さい。

肝炎 肝炎ウイルス検査 **有料** **無料**

(B・C型)

要予約、事前にご連絡ください

エイズ エイズ (HIV抗体)・性感染症検査 **無料**

要予約、匿名で受診できます

検便 検便 (細菌培養) 検査 **有料**

検査日

- ・4月21日 月曜日
- ・5月19日 月曜日
- ・6月16日 月曜日

午前9:00~12:00

容器は事前に取りに来てください



編集後記

暖かくなってきた八丈島の4月はフリージア祭りで彩られます。八丈島の春を象徴するイベントで、美しいフリージアの花々が一面に咲き誇ります。フリージアの香が島全体に広がり、訪れる人々を魅了します。また陸から海を眺めていると鯨のブローやブリーチングに遭遇することもあります。春は豊かな自然を満喫できる絶好の機会です。フリージア祭りの期間中には、島内の観光スポットも観光客や住民の方々で賑わいを見せます。

そんな4月は季節の変わり目です。特に体調管理をしっかり行いましょう。次のポイントに注意して健康を維持しましょう。1. 適度な運動：無理のない範囲で体を動かすことが大切です。2. バランスの取れた食事：季節の野菜や果物を積極的にとりましょう。3. 十分な睡眠：規則正しい生活リズムを保ち、質の良い睡眠を確保しましょう。4. ストレス管理：リラックスする時間を持つことが大切です。心身のバランスを保ちましょう。これらのポイントを意識して、健康に過ごしてくださいね。

令和7年(2025年)
春号
(4・5・6月)

八丈保健所だより

令和7年4月発行 第404号 登録番号(6)1 東京都島しょ保健所八丈出張所 〒100-4511 八丈町三根 1950-2 TEL.04996(2)1291

S1153604@section.metro.tokyo.jp

ご存じですか？

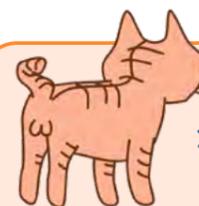
猫は短期間でどんどん増える動物です！

猫は
ネズミ算で
増える！

- ★一年に何度も発情・交尾・出産する
- ★一度の出産で何頭も生まれる
- ★子猫も半年くらいで繁殖可能になる

餌やりをするなどして不妊去勢手術されていない猫を特定の場所に集めてしまうと、そこでどんどん繁殖します。

手術されていない猫の例

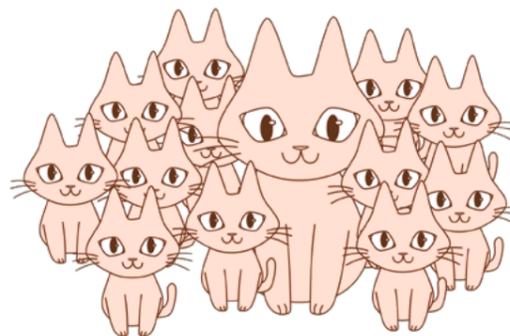


オス：睾丸がある（確実！）

メス：妊娠しておなか大きい、
出産し子猫を連れている



※手術済みの証として耳の先がカットされている猫もいます。



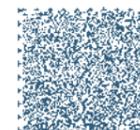
はじめはオス・メス2頭だけでも、 1年後には20頭以上になります！

無秩序に増えた猫は地域で糞尿等の問題を起こしたり、猫同士の感染症がまん延したりと、人と猫両方にとってよくない状況をまねいてしまいます。



猫を飼うなら・餌をあげるなら、手に負えない数まで増える前に 不妊去勢手術を受けさせましょう。

保健所では、外猫との関わり方や猫の飼い方について、アドバイスや普及啓発を行っています。





「からだ気くばりメニュー店」 のご案内



東京都では、都民の健康づくりのために「適切な量と質の食事をする人を増やす」ことを目標とし、**栄養バランス・野菜たっぷり・減塩**を意識した食事をする都民を増やす取組を行っています。

高血圧や糖尿病、脂質異常症といった生活習慣病は、バランスの良い食生活により予防・改善することができます。いつまでも健康に過ごすために、日頃から**栄養バランス・野菜たっぷり・減塩**について意識していきましょう！

からだ気くばりメニュー店とは？

「からだ気くばりメニュー店」は、次の3つの取組のうちどれか1つ以上を実施しているお店のことです。

1 栄養バランス 主食・主菜・副菜がそろったバランスの良いメニューがあります。

2 野菜たっぷり 1食当たり120g以上の野菜を食べられるメニューがあります。

3 減塩サポート 減塩に配慮したメニューや工夫があります。
【例】 ・減塩食材や減塩調味料を使用したメニューがある。
・サラダのドレッシングをかけずに、別添えで提供できる。
・汁物や漬物の量を減らして提供できる。



登録店舗には、
こちらのステッカーを配布しております。

飲食店を営業している皆様へ

現在、八丈町では4店舗登録しております。新規登録店を随時募集中です。
詳しくは、島しょ保健所八丈出張所 栄養士までご連絡ください！

島しょ地域のからだ気くばりメニュー店はこちら！



外食をする際は、「からだ気くばりメニュー店」を1つの選択肢としてぜひご利用ください。

島しょ保健所 からだ気くばりメニュー店 検索



島しょ保健所八丈出張所の業務紹介です

感染症・精神保健・難病・健康診断などに関すること

- 1 感染症・エイズ対策**
感染症予防の普及啓発、感染症発生時の調査や保健指導を行っています。
・HIV検査・性感染症検査（梅毒・クラミジア・淋菌）：月1回、予約制、匿名、無料
・ウイルス肝炎検査（B型およびC型）：月1回、予約制
- 2 結核対策**
結核と診断された方への療養・服薬支援、服薬終了後の経過観察。
必要に応じて、接触した方の健診等。
- 3 精神保健福祉対策**
心の健康に関する相談等。
- 4 特殊疾病対策（難病対策）**
在宅療養中の方が安心して療養生活を送るために、療養上のご相談等。
- 5 母子保健**
障害のあるお子さんの相談等。
- 6 健康相談事業**
労働安全衛生法などに定められた小規模事業所（従業員数50名未満）を対象とした健康診断を実施。

食品衛生・栄養・環境衛生・動物愛護などに関すること

- 1 食品衛生**
飲食によって発生する危害の発生を防止し、地域住民の健康の保護を図ることを目的としています。
・食品関係事業所（飲食店・食品製造施設・食品販売施設等）の営業許可に関する業務
・食中毒の調査及び検査など
- 2 保健栄養**
給食施設等に対する栄養管理・給食管理に関する指導・助言や、健康に関する個別相談等。
- 3 環境衛生**
生活に係る衛生管理が必要な施設に関する届出・許認可（開設・変更・廃止等）、衛生管理指導（監視）、相談対応、健康危機対応等を行うと共に、環境衛生に関する一般相談等。
・理美容所、クリーニング所、公衆浴場、旅館業（除く民泊（住宅宿泊事業））、興行場、プール、貯水槽、水道施設等
- 4 獣医衛生**
と畜場における検査と施設の衛生管理に対する監視・指導、動物の適正な飼養や動物由来感染症に関する普及啓発や苦情・相談への対応等の動物愛護管理業務及び化製場法の許可施設に対する監視指導業務。
(注意) 飼い犬の登録及び狂犬病予防注射に関する業務は各町村の業務。

医事・薬事などに関すること

- 1 医事衛生**
・診療所・施術所等の許可・諸届の事務及び立入検査
・医師・歯科医師・薬剤師・看護師などの医療資格者の免許申請及び諸届の事務。
- 2 薬事衛生**
・薬局・医薬品販売業・医療機器販売業等の許可・諸届の事務及び立入検査
・毒物劇物販売業等の登録・諸届の事務及び立入検査 など。

地域保健推進に関すること

- 1 広報普及及び啓発**
・保健所だよりの発行（年4回、全戸配布）

