

狂犬病予防注射はお済みですか？

狂犬病は動物にも人にもかかる感染症で、発症した場合の死亡率はほぼ100%という恐ろしい病気です。世界のほとんどの地域で発生し、毎年多くの人々が狂犬病によって亡くなっています。海外からの動物の輸入が盛んな近年、万が一、日本に狂犬病が発生した時、流行を防ぐために飼い犬に予防注射を行っておくことが大切です。

生後91日以上の子犬を飼っている方は、毎年4月から6月までの間に、1回の狂犬病予防注射を受けさせることが法律等で義務付けられています。まだお済みでない場合は、動物病院でお早めに予防注射を受けさせてください。なお、予防注射の手続きは次のとおりです。



【市が事務を委託している動物病院（市ウェブサイトに掲載）で予防注射を受けさせた場合】

動物病院で「狂犬病予防注射済票」が交付されます。（交付手数料 550 円が必要です。）その後の手続きは必要ありません。

【市が事務を委託していない動物病院で予防注射を受けさせた場合】

動物病院で発行された「狂犬病予防注射済証明書」をお持ちのうえ、保健センターで「狂犬病予防注射済票」の交付の手続きをしてください。（交付手数料 550 円が必要です。）

【病気や高齢などの理由で予防注射を受けさせられない場合】

動物病院で発行された「狂犬病予防注射猶予証明書」を保健センターへ提出してください。

第2次健康日本21いちのみや計画 ～アルコール分野～

～11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間です～

第2次健康日本21いちのみや計画では、「栄養・食生活」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「歯の健康」「たばこ」「アルコール」「生活習慣病」「健やか親子」「社会環境の整備」の9つの分野について、取り組みを行っています。

11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間です。過度の飲酒は様々な病気のリスク要因となり、重大な健康被害を引き起こす可能性がありますので、適量飲酒を日頃から心がけるようにしましょう。

- 飲酒は適量を心がけましょう。
- 妊婦・未成年者は絶対に飲まないようにしましょう。
- アルコールハラスメントをしないようにしましょう。

がん・高血圧・脳出血・脂質異常症などの飲酒に関連する多くの健康問題の危険性は、1日の平均飲酒量とともに上昇することがわかっています。節度ある適度な飲酒は1日平均純アルコールで20g程度です。

1ドリンク=10g を基準に飲酒習慣を見直しましょう。



1ドリンク=10g の目安



ビール
アルコール5%
250mL



日本酒
アルコール15%
80mL



ワイン
アルコール12%
100mL