



東大阪市公衆衛生協力会 TEL 072-960-3804 E: [mil;kyouryokukai@koushueisei.com](mailto:kyouryokukai@koushueisei.com)

3.その他 今年度の理事会・総会への出席のご案内は各団体の理事及び代議員の皆様にご案内させていただきます



【6月食育月間」キャンペーン開催！】

6月は「食育月間」です。健康で心豊かな毎日を過ごすきっかけ作りに、次の食育イベントを開催します。

第1弾 ベジチェック測定会

1日の野菜摂取レベルが手のひらをかざして30秒で測定できます。会場には管理栄養士がいますので、食生活で気になることがあればお声かけください。

	測定日	時間	会場
①	6/2(月)、6/30(月)	10:30-12:00	近商ストア若江岩田店
②	6/3(火)	10:30-12:00	万代ニトリモール東大阪店
③	6/5(木)、6/18(水)	10:00-11:30	万代新石切店
④	6/10(火)、6/23(月)	10:00-11:30	フレスコ瓢箪山店
⑤	6/12(木)、6/25(水)	10:00-11:30	万代御厨店
⑥	6/22(日)	10:00-16:00	ニトリモール東大阪(第3回食育フェスタ内)

第2弾 いま知りたい！食を学ぶ講座

様々な「食」が学べる講座です。6月～2月まで毎月開催します。興味のあるテーマだけでも参加できます。3回以上出席すると、修了証とトライくんグッズをプレゼント！

第1回 日時・場所:6月4日(水)、13:30～15:00、東大阪市西保健センター

内容:講話「地場野菜をおいしくいただくーおいしい野菜の見極め方ー」

講師 農家 瀬利 由貴乃さん

市ウェブサイト「いま知りたい！食を学ぶ講座(6月から毎月開催)」

<https://www.city.higashiosaka.lg.jp/0000035580.html>



第3弾 第3回食育フェスタ

いろいろな食のあれこれ遊んで、知って、学べるイベントです。東大阪市食育推進ネットワーク会議参画団体・食育関係課と協力して出展しています。

日時:6月22日(日)、10時～16時 場所:ニトリモール東大阪

出展内容	団体
食品釣りゲームー朝ごはんを考えようー みんなでつめよう！フェルトのお弁当	東大阪市食生活改善推進協議会
野菜足りてる？ベジチェック 栄養相談	東大阪地域活動栄養士会
あなたのそばに助産師がいますー妊娠前からの健康な体づくりをー 妊婦ジャケッ体験、赤ちゃん人形抱っこ体験	大阪府助産師会東大阪班
遊びながら食を学ぼうー身近な食品の原材料を考えてみようー	東大阪大学短期大学部
「食べる」から始めるフレイル予防 ー脳トレ・お口の体操・ゲームなどー	東大阪市街かどデイハウス連絡会
親子で遊ぼう！カードゲームで食品ロス	東大阪市消費者団体協議会
楽しく学ぼう！食品ロスクイズ 食品ロスを減らそう！フードライブ ーご家庭で余った食品をお持ちくださいー	東大阪市環境部循環社会推進課
歯とお口の健康相談・噛む回数ガイドの展示	東大阪市東歯科医師会
血管の弾力性からわかる血管年齢測定	スギ薬局
スタンプラリー	東大阪市保健所健康づくり課

本市ウェブサイト「6月食育月間キャンペーン」

<https://www.city.higashiosaka.lg.jp/0000035910.html>



令和7年度から带状疱疹ワクチンの定期接種がはじまります

*带状疱疹とは

带状疱疹は、過去に水痘（水ぼうそう）にかかった時に体の中に潜伏した水痘带状疱疹ウイルスが再活性化することにより発症する病気です。神経に沿って、体の左右どちらかに痛みを伴う水疱が出現します。合併症の一つに皮膚の症状が治った後も痛みが残る「带状疱疹後神経痛」があり、日常生活に支障をきたすこともあります。50歳代から発症率が高くなり、80歳までに3人に1人が带状疱疹を発症と言われています。

*令和7年度接種対象者

令和7年度中（令和7年4月1日から令和8年3月31日）に下記に該当する方

1. 年度内に65歳を迎える方
2. 接種時に60歳以上65歳未満の方で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方（身体障害者手帳1級程度の方）
3. 65歳を超える方については、5年間の経過措置として、その年度内に70、75、80、85、90、95、100歳となる方も対象となります。（100歳以上の方は、初年度に限り全員対象）

*ワクチンの種類について

	生ワクチン	組換えワクチン
接種方法・回数	皮下注射・1回	筋肉注射・2回
接種間隔	—	1回目の接種から2か月後に2回目の接種
自己負担金	1回 4,000円	1回 10,000円
副反応	接種部位の痛み、腫脹、発赤など	接種部位の痛み、腫脹、発赤、倦怠、頭痛など

※合併症の一つである、带状疱疹後神経痛に対するワクチンの効果は、接種後3年時点で、生ワクチンは6割程度、組み換えワクチンは9割以上と報告されています。

※带状疱疹ワクチンについて詳しい事は、厚生労働省のホームページをご覧ください。



近年のトコジラミ事情と対策

トコジラミの昔の呼び名はナンキンムシで、戦後に多くの被害がありました。近年、海外旅行者の増加とともに被害が再発・急増し、海外旅行経験がない人へも拡大しています。現在、蔓延しているトコジラミは、既存の殺虫成分（ピレスロイド系や有機リン系）が効かない薬剤抵抗性トコジラミです。薬剤抵抗性トコジラミは、スーパートコジラミと呼ばれ、駆除には費用と時間がかかります。被害防止のため正しい知識を持ちましょう。

<写真出典：公益社団法人 日本ペストコントロール協会>



【トコジラミ（成虫）】

- ◎ 2 mm～8 mm ぐらいで褐色
- ◎ カバンや服にくっついて移動
- ◎ 1 日で 3～6 個を産卵し繁殖が早い
- ◎ 夜間に活動し、就寝中の露出した肌を刺し吸血
- ◎ 皮膚にかゆみの強い赤いボツボツが出る
- ◎ 天井の隅などに血糞をする（血の混じった糞で、カビが生えたような黒い汚れに見える）



スーパートコジラミに有効な薬剤

◇有効な殺虫成分：

ブロフラリニド、メトキサジアゾン、プロポクスル等

◇ピレスロイド系や有機リン系の殺虫剤を使用すると興奮して他の部屋に移動し、被害が拡大する場合がありますので厳禁！

【トコジラミの被害にあわないために】

旅行の時に気を付けたいこと

- ◇旅行前にスーパートコジラミに有効な薬剤を荷物に噴霧しておくことで付着を防ぐことができる
- ◇ホテルなどに泊まる時は、ベッドのマットレスやソファの継ぎ目に血糞や乳白色の卵の有無などトコジラミの痕跡をチェックし、見つけた場合は部屋を交換してもらうこと！
- ◇寝る前に市販の虫除け剤を塗布すると刺されるのを防ぐ事ができる
- ◇トコジラミは夜行性のため、明かりをつけたままアイマスクを付けて就寝すると刺されにくい
- ◇帰宅したときに家の中への持ち込みを防ぐ
 - ①玄関先でカバンや衣服についていないか確認し、見つけた場合はガムテープや掃除機で捕獲する
 - ②着ていた衣類や洗濯物は直接洗濯機に入れすぐに洗濯し、60℃以上の乾燥機に10分以上かける

自宅では

- ◇繁殖を防ぎ早期発見するために、日ごろから部屋は整理整頓する
- ◇部屋でトコジラミを見つけた場合は掃除機がけとスーパートコジラミに有効な薬剤を使って駆除する
- ◇ご自分で駆除する自信がない場合は、専門業者に依頼しましょう（保健所ではできません）

※海外旅行者の増加で蚊による感染症にも注意が必要です。保健所ではボウフラ（蚊の幼虫）の駆除剤を配布しています。ご希望の方は希来里5階の環境薬務課までお越しください。

お問合せ先：環境薬務課 072-960-3804