

9月の無料相談

※祝日は除きます

相談名	日	時	場所	主な相談内容(相談員)	
市民法律相談	毎週火曜日	13:00~16:00		法律が関係する困りごと(弁護士) ※予約制	
市民相談	月~金曜日	8:30~17:15	広報広聴課 (☎内線2376)	要望、苦情、意見など(担当職員)	
司法書士相談	11日(水)	13:00~15:00		相続・贈与などの登記、遺産分割、その他法律問題(司法書士) ※予約制	
総合労働相談	13日(金)	13:00~16:00	広報広聴課	労働・社会保険関係、労使トラブルなど(社会保険労務士) ※予約優先(☎029-226-3296)	
心配ごと相談	水・金曜日	13:00~16:00	社会福祉協議会 (☎821-5995)	日常生活の困りごと、悩みごと(専門相談員)	
行政相談	18日(水)	13:30~15:30	ふれあいセンターながみね(☎内線2376)	国や法人・県に関する苦情、意見、要望(行政相談委員)	
税務相談	10日(火)、24日(火)	13:00~15:00	税理士会土浦支部 (☎824-5055)	税に関する事(税理士) ※予約制(予約時間10:00~14:00)	
消費生活相談	月~金曜日	9:30~16:30	消費生活センター (☎823-3928)	商品、契約や多重債務などのトラブル(消費生活相談員)	
家庭児童相談	月~金曜日	8:30~17:15	こども福祉課 (☎内線2393)	18歳までの子どものすべてについて(家庭児童相談員)	
育児相談	月~金曜日	9:00~17:00	地域子育て支援センター「さくらんぼ」(☎823-1288)	乳幼児のしつけ、生活習慣(保育士)	
早期療育相談	月~金曜日	9:30~16:30	療育支援センター「ほか」(☎822-3411)	言葉の遅れや落ち着きがないなど、子どもの発達、行動面に関する事(早期療育相談員)	
青少年相談	火~日曜日	10:30~17:00	青少年センター(ウララ2 8階 ☎823-7838)	青少年についての困りごと(専任相談員) ※電話相談可	
教育電話相談	月~金曜日	9:00~16:00	教育相談室 (☎823-7837)	不登校やいじめなどの早期解決と防止(教育相談員)	
交通事故相談	月~金曜日(水曜日は弁護士相談)	9:00~16:45(13:00~16:00)	土浦合同庁舎県南地方交通事故相談所(☎823-1123)	交通事故に関する事(県委嘱相談員・弁護士)	
人権相談	月~金曜日	8:30~16:00	法務局土浦支局 (☎821-0792)	家庭内の問題、いじめ、差別など(人権擁護委員、担当職員)	
生活相談	毎週水曜日	13:00~16:00	新治地区公民館 (☎862-2900)	生活上のこと、人権にかかわること(生活相談員)	
ひきこもり専門相談	9日(月)	10:00~12:00		ひきこもりについての困りごと(専門医) ※予約制。日時が変更になる場合があります。	
精神保健相談	20日(金)	14:00~16:00	土浦保健所 (☎821-5516)	精神障害者の医療などに関する事(精神科医師) ※予約制。1日2件まで。日時が変更になる場合があります。	
女性のための	フェミニスト相談	毎週水曜日	男女共同参画センター(ウララ2 7階 ☎827-1107) 月曜休館	夫婦のこと、対人関係や職場でのトラブルなど(専門の女性カウンセラー) ※予約制	
	法律相談	12日・26日(木)			法律が関係する困りごと(女性弁護士) ※予約制
	一般相談(外国人相談を含む)	13日・27日(金)			仕事、夫婦、家族など、女性を取り巻くさまざまな悩みごと(専門相談員) ※予約制
	DVヘルプライン(電話相談)	19日(木)			☎827-2525

協働のコーナー

まちづくり市民会議事務局 (市民活動課内 ☎826-1111 内線2234)

◇第42回花いっぱい運動コンクール表彰団体が決定

土浦市まちづくり市民会議では、花づくりを通して地域における環境美化と明るいまちづくりを推進すると共に、コミュニティの活性化を図り、「思いやり」と「ふれあい」の心を豊かにすることを目的として「花いっぱい運動」を展開しています。その一環として、例年花壇コンクールを実施し、すばらしい成果をあげている地域団体や学校などを表彰しています。

今年度も85の団体・学校の参加があり、7月中旬に実施した現地審査の結果をもとに特別賞など各賞の受賞団体が決定しました。

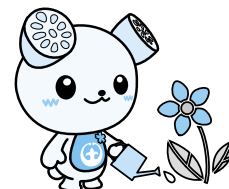
特別賞：並木四丁目健康クラブ、都和幼稚園

最優秀賞：東並木健康クラブ、六中地区コミュニティセンター、並木一丁目健康クラブ、五中地区市民委員会、土浦第四中学校、大岩田小学校、下高津小学校、土浦第二幼稚園

優秀賞：都和地区コミュニティセンター、四中地区市民委員会、まりやま団地寿楽会、荒川沖東一丁目熟年会、三中地区市民委員会、都和地区市民委員会環境部、中村南三丁目かけはし会、烏山二丁目町内会、中村南三丁目三和クラブ、西並木町町内会、新治地区コミュニティセンター、神立地区コミュニティセンター管理運営協議会、烏山一丁目親友会、二中地区市民委員会環境部、土浦第三中学校、東小学校、土浦第一中学校、藤沢小学校、上大津西小学校、大岩田幼稚園

※特別賞…最優秀賞を3年続けて受賞した団体

表彰式は8月21日(水)に開催します。



9月のけんこう

甲冑 健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

手足口病の流行にご注意ください

毎年夏に流行する手足口病が、全国的に例年より大幅に流行しています。患者は、9割以上が6歳以下の小児で、うち約半数が1歳以下です。

1 手足口病とは

手足口病は、口腔粘膜および手や足などに現れる水疱性の発疹を主症状とした急性ウイルス感染症です。乳幼児を中心に、夏季に流行が見られます。

2 症状

3～5日の潜伏期間を置いて、口腔粘膜、手掌、足底、足背などに2～3mmの水疱の発疹が出現します。発熱は約1/3にみられますが、37～38℃くらいで1～2日で下がります。ほとんどの発病者は、数日間のうちに治る病気です。

3 感染経路

飛沫感染、便中に排出されたウイルスによる経口感染、水疱内容物からの感染などがあります。

4 予防方法

予防方法としては患者に近づかない、手洗いの励行(流水と石けんで十分に行う)などです。ウイルスは、治った後も2～4週間にわたって便の中に排出されますので、排便後のしっかりと手洗いが大切です。



マタニティ歯科健康診査のご案内

妊娠中は虫歯や歯周病にかかりやすくなります。お母さんのお口の健康が生まれてくるお子さんの健康につながります。妊娠期間中のみ無料ですので、ぜひこの機会に受診しましょう。

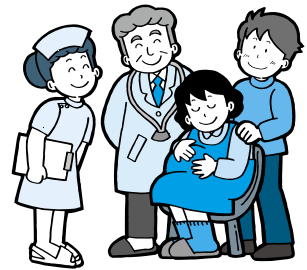
対象者／市内に居住する妊娠届出をされた妊婦

検診場所／協力医療機関

費用／無料(検診料のみ)

受診方法／事前に協力医療機関にお問い合わせのうえ、マタニティ歯科検診受診票と母子健康手帳を持参しお受けください。

※受診票は妊娠届出時にお渡ししています。



献血のお知らせ

献血は身近にできるボランティアです。皆様のご協力をお願いします。献血にかかる時間は、受付から採血後の休憩まで約40分。そのわずかな時間で助かる命があります。

とき／9月20日(金)

午前10時～11時45分

午後1時～4時

ところ／イオンモール土浦(上高津)



健康教室

新しい白癬菌感染症について

土浦市医師会

坂本由紀子(久松耳鼻咽喉科皮フ科医院)

いわゆる新しい白癬菌感染症として知られるトズランズ感染症は、当初は高校生、大学生の格闘技選手間での集団感染が特徴でした。元々は中南米における頭部白癬(しらくも)の原因菌でしたが、アメリカ合衆国、欧州、韓国での流行をへて、10年程前より、日本での報告が急増しています。

この菌の場合、炎症の程度がさまざまで、湿疹に似ているものなど、色々な症状を呈します。また、通常の白癬では菌が角層に侵入するためには、少なくとも24時間以上菌が角層に付着している必要があるといわれていますが、この菌は12時間あれば侵入がみられるといわれます。また、通常の体部白癬(たむし)では菌が毛に侵入することはまれですが、トズランズ感染症の大きな特徴は、早期から毛内に菌が侵入しやすいことです。そのため、塗り薬で一見治ったかにみえるところでも、菌が残っていることがあります。

治療をせずに放置した場合、半年ほどで自然に症状がなくなりますが菌が毛穴の中に隠れて、保菌者になってしまうことが多いです。この場合治り難く、部員間、家族間での感染源となります。この結果、徐々に低年齢層や競技とは無関係の一般家庭へも拡大しています。

予防としては

- ①練習場や自分の部屋は毎日よく掃除しましょう。菌を含んだ抜け毛やアカの中で菌は半年間生存できるため、掃除機をかけましょう。
- ②練習着や試合着はよく洗濯しましょう。
- ③練習後はなるべく早くシャワー、入浴をし、頭と体を洗いましょう。
- ④試合、練習前にボディチェックをしましょう。皮疹がある場合は休み、早めに受診しましょう。また、部員内、家族内で症状のある人は早めの治療をすすめましょう。