

小笠原 保健所だより

令和5年度 第1号

東京都島しょ保健所小笠原出張所 No. 295

〒100-2101 東京都小笠原村父島字清瀬
電話 04998-2-2951
Fax 04998-2-2953
Email : S0000328@section.metro.tokyo.jp
東京都島しょ保健所ホームページアドレス
<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/tousyo/ogasawara/index.html>



X線撮影 (レントゲン撮影) の疑問解決!

お願い: ご相談の際は、あらかじめ、お電話で担当職員にご連絡ください。

X線胸部撮影の時の服装は濃色無地のTシャツ (肌着) 一枚がベストです

年1回の定期健康診断や入学時・入社時の健康診断などでのX線胸部撮影の服装に疑問をお持ちの方は多いのではないのでしょうか?

X線胸部撮影時は、衣類にプリントが入っていたり、飾りがついていたりすると、その部分は放射線が透過しにくく白く写ってしまい診断に影響を及ぼす可能性があります。場合によっては、**再撮影 (単純に被ばく量も2倍以上!)** をすることになります。

●小笠原出張所からX線検査を受ける方へのお願い

小笠原出張所では、**不必要な被ばくの防止、検査時の負担の軽減、検査時間の短縮**を心がけています。

X線検査の予定がある際には、無地でボタンやファスナー、金具 (下着のホック)、プラスチックのない肌着やTシャツなど1枚で受診するようご協力下さい。



《疑問? 質問コーナー》



下着は着けちゃいけないの?

刺繍の形やワイヤー・ホックなどの金属が写るため、ブラジャーは着用できません。肩紐に金属やプラスチックが使われているキャミソールなども着てはいけません。たとえ、ワイヤーやホックが付いてなくても、**ブラトップのようなカップ付インナーやスポーツブラも写りますので外して撮影します。**



チェック柄、ボーダー、レース素材は?

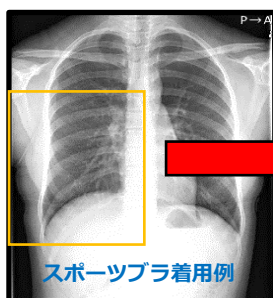
柄と模様については薄くて肌着のような素材であれば、チェック柄であろうとボーダー柄、水玉模様でも問題はありませんが、**ボーダーの白い部分だけ厚手だったり、水玉の淵が立体的だったり凹凸している生地は、薄い素材であっても重なる部分が出てきてしまい、X線写真に写りますのでNGとなります。**プリントに関しても同様です。又、よく聞かれますがヒートテックは問題ありません。体に身に付けるものとしては湿布、カイロ、腹巻、コルセットなども外して撮影します。



※髪の毛も写ります! (下に写真あり)

撮影範囲 (肩~腰) に髪の毛があるとX線胸部写真に写りますから、髪を後頭部の上の方でまとめて撮影します。

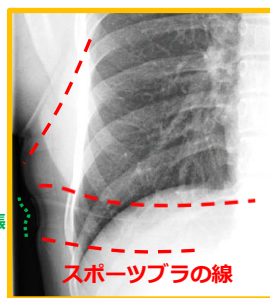
★ 参考までにこちらがスポーツブラを着たまま、髪の毛を下ろしたまま撮影してしまったX線胸部写真です。病変ではない不自然な影やシワが写っています。(病変に見ることもあります!)



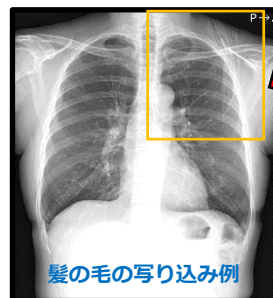
□を拡大

皮膚が引っ張られている線

スポーツブラ着用例

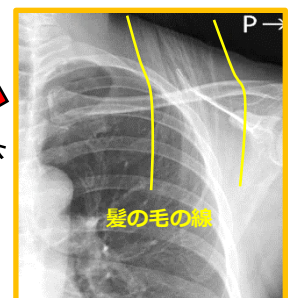


スポーツブラの線



□を拡大

髪の毛の写り込み例



髪の毛の線

新型コロナウイルス感染症について

令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症の感染症法での分類が、現在の「2類相当」から「5類指定感染症」へ変更されます。5類指定感染症に分類されることによる変更点があります。陽性判定後の医療費が自己負担となること、感染者や濃厚接触者の行動制限がなくなること、感染動向の調査が全数把握から定点把握となること、などです。ただし、現在流行の主流となっている新型コロナウイルスのオミクロン株とは病原性が大きく異なる変異株が出現するなどした場合、対応が見直される場合があります。

5類への移行に先立ちマスクの着用についてはすでに個人の判断に委ねられています。本人の意思に反してマスクの着用を強いることがないよう配慮が必要です。ただし、高齢者施設等の訪問、医療機関受診の際はマスク着用が推奨されます。また、感染した場合重症化リスクのある方（高齢者・妊婦・基礎疾患のある方）は自身を感染から守るためにマスクの着用が効果的です。症状がある方や、陽性者、同居家族に陽性者がいる場合はマスクを着用し外出を控えましょう。

感染症は新型コロナウイルス感染症だけではなく、多くの感染症があります。感染症の予防の基本は手洗いです。帰宅後、調理・食事の前、トイレの後など、石鹸を使用してしっかりと手を洗いましょう。また、換気することも多くの感染症に有効です。

島しょ保健所小笠原出張所のホームページでは毎週、小笠原管内（父島・母島）での感染症発生状況を感染症週報として発行しています。感染症の知識や予防に関する情報等も記載していますので、ご覧ください。

「野菜メニュー店」を知っていますか？

多くの都民の食生活において、野菜摂取は目標量（1日350g以上）を下回っています。そんな都民の食生活をサポートするのが「野菜メニュー店」です。



「野菜メニュー店」では、1日の野菜摂取の目標量の約3分の1を食べることができる1食あたり120g以上の野菜を使用したメニューを提供しています。

東京都島しょ保健所管内の野菜メニュー店は、東京都島しょ保健所ホームページに掲載しているので、ぜひチェックしてみてください。

野菜メニュー店（東京都島しょ保健所 HP）：

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/tousyo/topics/yasaimenuten.html>



保健所事業のお知らせ

🚦 肝炎ウイルス検査

保健所ではB型・C型肝炎ウイルス検査（血液検査）を無料で実施しています。都内にお住まいの40歳以上の方で、村が実施する検査を受ける機会を逸した方、または39歳以下で村に在住している方が対象です。検査は事前のご予約が必要です。

🚦 HIV検査・性感染症検査

保健所では匿名でHIV検査に併せて梅毒・クラミジア・淋菌の検査を無料で実施しています。検査は事前のご予約が必要です。

🚦 検便検査

食品取扱従業者の方を対象に、感染症・食中毒等の発生予防を目的とした検便検査を実施しています。

5月15日（月）

6月12日（月）

料金480円（O-157検査は+480円）