

このメールは大田区の配信情報提供サービスに登録されている方に送信しています。

大田区保健所メール 3月号 令和7年2月28日

【目次】

- 1 感染症情報
- 2 食中毒発生状況
- 3 特集
女性の健康づくり

1 感染症情報

◆感染症の最新情報はこちらから◆

↓↓↓

○大田区「感染症週報」

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kansen_taisaku/syuuhou.html

◆◆◆感染症流行状況について◆◆◆

感染性胃腸炎は第6週（2月3日から2月9日）15.08から第7週（2月10日から2月16日）13.77と減少していますが、都と比較して感染者数が多い状況です。

【感染性胃腸炎】

大田区は比較的高い値で経過しています。感染性胃腸炎の警報レベルは20.00です。大きな流行とならないよう、次のことに注意してください。

感染性胃腸炎は微生物を原因とする胃腸炎の総称です。ウイルス感染による胃腸炎が多く、主な症状は吐き気、おう吐、下痢、発熱、腹痛などです。特別な治療はないため、対処療法が行われます。乳幼児や高齢者は下痢等で脱水症状を生じることがありますので、早めに医療機関を受診することが大切です。

病原体が付着した手で鼻や口などを触れることによる接触感染、汚染された食品を食べることによる経口感染によって感染が広がります。手洗いの徹底と、糞便・嘔吐物の適切な処理をし、感染拡大防止に努めましょう。

○大田区「感染性胃腸炎（ノロウイルスを中心に）」

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kansen_taisaku/noro.html

◆◆◆梅毒の感染が拡大しています！！◆◆◆

2024年の東京都における梅毒報告数は、3,760人で、1999年に感染症法に基づく調査が

始まって以降、過去最多となりました。年齢別では、20歳代女性、20歳代～50歳代男性に感染が拡大しています。大田区では、2024年に45人の報告がありました。

○梅毒とは

梅毒とは、梅毒トレポネーマという細菌による性感染症で、初期には、陰部や口腔内に皮疹などの軽い症状が出たり消えたりしながら経過します。自分でも気づかないまま病気が進行し、他の人に感染させる恐れがあります。

○感染経路

性行為による感染がほとんどです。

○感染予防

感染するリスクを下げるポイントは、不特定多数との性行為を避けること、コンドームを正しく使用することです。皮膚や粘膜に異常がある時には性的な接触は控え、早めに医療機関を受診しましょう。感染を広げないためにはパートナーの治療も必要です。感染の心配があるときは検査を受けましょう。

○大田区「梅毒」

大田区では、HIV検査の際に希望者には梅毒、クラミジア、B型肝炎の検査も行っています。

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kansen_taisaku/hiv/baidoku.html

○HIV検査・相談マップ

全国の検査会場やHIV・性感染症についての情報をご覧ください。

<https://www.hivkensa.com/>

○東京都保健医療局「東京都新宿東口検査・相談室」

https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kansen/aids/kensa/kensa_yakan.html

○東京都保健医療局「東京都性感染症ナビ」

<https://www.hokeniryo1.metro.tokyo.lg.jp/seikansensho/>

◆◆◆予防接種、受け忘れていませんか◆◆◆

新年度は外出や集団生活等で他の人と接触する機会が多くなり、感染症に罹患する可能性も高くなります。予防接種をうけて、ワクチンで防ぐことができる病気(VPD:Vaccine Preventable Diseases)は防ぎましょう。定期予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。母子健康手帳の予防接種欄で接種状況を確認しましょう。また、母子健康手帳に掲載されているスケジュールを参考にかかりつけ医と相談しましょう。幼少期にワクチンを受ける機会がなかった大人の方もぜひ接種をご検討ください。

○公益社団法人 日本小児科学会「日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュール」

https://www.jpeds.or.jp/modules/activity/index.php?content_id=138

2 食中毒発生状況

■大田区の食中毒発生状況

令和7年1月に1件（患者7名）の食中毒が発生しました。食中毒の原因物質はセレウス菌でした。

セレウス菌の食中毒予防のポイントは次の2つです。1. 一度に大量の米飯やめん類を調理し、作り置きしないこと。2. 保管する場合は、常温で保管せず、小分けして速やかに冷蔵保管すること。

■東京都の食中毒発生状況

令和7年1月に、11件（患者83名）の食中毒が発生しました（令和7年2月15日現在）。食中毒の病因物質は、ノロウイルス4件（患者46名）、カンピロバクター3件（患者11名）、アニサキス2件（患者2名）、ロタウイルス1件（患者17名）、セレウス菌1件（患者7名）でした。原因施設は飲食店（一般）10件（患者66名）、集団給食（要許可）1件（患者17名）でした。

○東京都「都内の食中毒発生状況（速報値）」

https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/tyuudoku/r7_sokuhou.html

3 【特集】女性の健康づくり

■3月1日から8日は「女性の健康週間」です

女性の身体は、女性ホルモンの影響でライフステージ（思春期・成熟期・更年期・高齢期）ごとに大きく変化していきます。いつまでも健康で明るく充実した日々を過ごすためには、正しい知識を身に着け、上手にセルフケアをしていくことが大切です。

また、若い頃から将来の妊娠を考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合う「プレコンセプションケア」も女性の健康によって重要です。

◎女性ホルモンの働き

自律神経のバランスを保つ

血管をしなやかに保つ
骨にカルシウムを蓄える
コレステロールを下げる
食欲を抑制する

→女性ホルモンが減少すると、これらの働きが弱まってしまいます。

特に変化の大きいのが「更年期」（閉経を挟んだ約10年間）で、女性ホルモンの分泌量が急激に減少し、一気に生活習慣病のリスクが高まります。

自分自身で女性ホルモンを増やすことはできません。女性ホルモンが減った部分は「良い生活習慣」で補うことにより健康を保つことができます。意識しておきたいのは、「運動」と「バランスの良い食事」です。特に運動は、血液中の糖分と脂肪の両方が消費されるため、更年期以降に起こりやすい病気の予防になったり、更年期の症状の改善・緩和につながります。日常生活のちょっとした時間も意識して身体を動かすようにしましょう！

更年期へと入る前から、栄養バランスの整った食事と運動習慣で生活を整え、更年期で起こる変化に備えておくことも大切です。

女性の健康生活を応援しています。詳しくはこちら。

↓↓↓

○大田区「女性の健康」

https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/kenko_dukuri/josei_joho/jyoseikenkosoudan.html

★「手洗い実験キット」の貸し出しをしています

大田区保健所では「手洗い実験キット」の貸し出しを実施しています。普段行っている手洗いが正しくできているかを目で見確認することができます。

「手洗い実験キット」の貸し出しを希望される方は、大田区保健所生活衛生課（5764-0698）にお問い合わせください。

詳しくはこちらへ↓大田区のホームページ

○「手洗い実験キット」の貸し出しをしています

<https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/hoken/eisei/shokuhin/ippan/tearai->

