

# 丹後保健所だより

編集発行 京都府丹後保健所  
(丹後広域振興局健康福祉部)  
〒627-8570 京丹後市峰山町丹波855  
電話 0772-62-0361 FAX0772-62-4368  
(環境衛生室0772-62-1361 FAX0772-62-4342)  
<http://www.pref.kyoto.jp/tango/ho-tango/index.html>

## 危険！ 違法ドラッグ



### いわゆる『脱法ドラッグ』について

麻薬や覚せい剤などの薬物を乱用することは、心と体をボロボロにするだけでなく、友達や家族を巻き込み、大切な人生を台無しにしてしまいます。  
薬物乱用を防ぐために、一人ひとりが本当の恐ろしさを理解し、正しい知識を持つことが大切です。  
最近、新聞やテレビで「違法ドラッグ（いわゆる脱法ドラッグ）」という名前を聞いたことはありませんか？  
これは、いったいどのようなものなのでしょう。

### 違法ドラッグって？！

違法ドラッグって、  
どんなものですか？

どのように販売されて  
いるのですか？

みなさんがよくご存じの麻薬や覚せい剤などの禁止薬物と化学構造式が少し違うだけの薬物です。  
乱用すると精神に異常を起こしたり、意識障害、嘔吐、頭痛等の健康被害が現れ、急性中毒死や違法ドラッグ服用者による殺人事件も発生しています。  
害のない安全なものでは決してありません！

『アロマ』『お香』『芳香剤』『試薬』『ビデオクリナー』等と称して販売されていますが、人への使用を目的として販売していれば薬事法違反です。  
商品名で200種類以上も出回っていると言われており、主に、アダルトショップ、インターネット、ビデオショップで販売されています。

### 違法ドラッグの形態



固体



液体



カプセル

そのまま飲んだり、皮膚に擦り込んだり、臭いを嗅いだり、火に焙って煙を吸ったり、抵抗感なく摂取できるのが特徴です。

### 薬物乱用防止のために



●薬物乱用を防止するには  
薬物乱用の危険性は身近にあり、「自分や家族には関係ないこと」と思わないようにしましょう。  
そして、自分自身の心身を大切にして、友人や家族に迷惑をかけないためにも、誘われても『ダメ。ゼッタイ。』と断る勇気を持ちましょう。

●薬物乱用は身近な問題  
違法ドラッグ、覚せい剤などの乱用薬物は、販売者やインターネットの掲載記事などを通じて、甘い誘いで忍び寄ってきます。  
「1回ぐらいなら。」と思って使用して、すぐに悪影響がなかったとしても、違法ドラッグの乱用は麻薬と同様に止めたくても止められなくなり、他の麻薬などの乱用へとつながる危険が高く、最後には自分や家族の生命と人生をこわしてしまいます。



担当 環境衛生室

怪しい誘いは断る！怪しい物には手を出さない！



# 認知症でも安心して暮らせる丹後に

～キャラバン・メイトが誕生～



研修会で熱心に討議する参加者（認知症ケアネットワーク研修会）

80歳以上の方の4人に1人は認知症と言われており、高齢者やその家族にとって、「認知症」は大きな関心事のひとつです。

高齢化が急速に進む丹後地域では「認知症になっても安心して暮らせる地域づくり」がとても大切です。

そこで、丹後保健所では市町村や介護保険事業所、社会福祉協議会の職員等を対象に地域に認知症の理解者を増やす講師役である「キャラバン・メイト」養成研修会を開催し、76名のキャラバン・メイトが新たに誕生し、丹後のキャラバン・メイトは90名となりました。また、各機関がつながりあって、よりよい取り組みを進めるため、「認知症ケアネットワーク研修会」を開催しました。

認知症の方やその療養を支える家族の不安や苦しさはとても大きなものですが、周りが少しお手伝いすることで、暮らしやすくなることも多いのです。

丹後にはキャラバン・メイトや介護保険事業所で認知症ケアに取り組むプロも多数います。彼らを講師に認知症や認知症ケアについて一緒に考えてみませんか？



認知症のケアについて考える参加者（キャラバン・メイト養成研修会）

担当 企画調整室

## 野焼きはやめて

基準に適合した焼却炉以外で、廃棄物を焼却する行為を「野焼き」といいます。

野焼きは煙や火の粉で周辺の人々に迷惑をかけトラブルの原因となるだけではなく、ダイオキシン類などの有害物質が発生し健康被害の原因になりかねません。

また野焼きは、廃棄物の処理及び清掃に関する法律で禁止されています。

違反した場合は、5年以下の懲役若しくは1000万円以下の罰金またはその両方が課され、法人の場合は1億円以下の罰金が課せられます。

ごみは定められた処理方法で適正に処理しましょう。



野焼きはやめて！

担当 環境衛生室

## こんな時は保健所へ

電話番号 0772-62-0361

内容・時間	1月	2月
一般健康診断(有料) 第1月曜日13:00~14:30 検尿、血圧、X線などの検査。診断書を作成	7	4
エイズ・クラミジア・肝炎検査 無料・予約制・匿名可 エイズ検査は即日検査	9,16 23,30	6,13 20,27
骨髄バンク登録(予約制) (毎週水曜日) 9:00~11:00		
栄養相談(無料・予約制) (第1月曜日) 13:00~15:00 肥満、糖尿病、高脂血症などの相談	7	4
子育てサポートカウンセリング(予約制) 子育てに悩む母親を対象に臨床心理士によるカウンセリング	16	6,20
丹後子どもの心のケア相談室(予約制) 臨床心理士による不登校等子どもの心のケア相談	15,29	12,26
精神保健福祉相談(予約制) 心の健康に関する相談 宮津総合庁舎別棟(13:00~16:00) 丹後保健所(13:00~16:00)	11,28 4,15	8,25 1,19
こどもクリニック(予約制) 乳幼児の身体の発育・発達相談 宮津総合庁舎別棟(13:00~16:00) 丹後保健所(13:00~16:00)	7 9,23	13 27
発達相談(予約制) 児童相談所の心理判定員等による発達の相談 宮津総合庁舎別棟 丹後保健所	18 28	18 4,25
飼えなくなった犬・猫の引取り 9:00~11:00(各市町でも引取りあり)	11,18 25	1,8, 15,22, 29
飲料水検査 (要電話予約[0772-62-1361])	7	4