

目指せ!

健康 アイランド

『保健指導』を詳しく

第1部は保健指導

第2部は世界エイズデーについて

今回のお話は、第1部で10月号記事の保健指導を詳しくお伝えします。第2部では12月1日は世界エイズデーについてお伝えします。

第1部 保健指導を深ぼり



保健指導を活用してっていうけれど、生活改善指導「油を減らせ、糖분을減らせ、痩せろ、お酒を減らせ、タバコをやめろ」って話だろ。聞き飽きているよ。

それは、合っているようで、少し違います！
あなた自身に健診結果を理解してほしいのです。そのために一人一人に合った資料を使ってお話します。



ということはやっぱり「指導」されるんだよね？

ん～「指導」というよりは「相談」になります。
今までの健診結果説明では、保健師や栄養士が健診結果からその方の生活や背景を想像して、**生活改善指導**をしてきました。それを改めて**あなた自身が、自分の体の中でどんなことが起こっているのか、具体的にイメージしてもらえようように話す**ようにしています。説明で分からないときなどは「分からない」と言うてください。あなたが理解できるように説明します。



- ★保健栄養相談は無料です。お問い合わせお待ちしております！こちらからも伺います！！
- ★子ども健診を受けたお子さんの保健栄養相談も随時、受付中

第2部



12月1日は「世界エイズデー」

世界エイズデー（World AIDS Day：12月1日）は世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的にWHO（世界保健機関）が1988年に制定したもので、毎年12月1日を中心に世界各国でエイズに関する啓発活動が行われています。

令和6年度キャンペーンテーマ

U=U 知ることから、もう一度。12月1日は世界エイズデー

血液中のウイルス量が検出できない程度に最低6ヶ月以上継続的に抑えられているHIV陽性者からは、性行為によってHIVが感染することがないことも確認されています。このことは、Undetectable(検出限界値未満)=Untransmittable(HIV感染しない)、略して「U=U」と呼ばれています。治療法の進歩によりHIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、HIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。「HIV感染、AIDS(エイズ)発症=有効な治療法がなく死に至る病」であった認識を、最新のものにアップデートしましょう！



お問い合わせ 福祉課 健康づくり班 TEL:098-985-7124