



Vol.115

なでこちゃんの健康広場

HIV・エイズについて正しい知識を持ち、感染を予防しましょう!

エイズってなに?

「エイズ」とはHIVというウイルスに感染し、免疫力が下がることで様々な病気になった状態のことです。ウイルスを体内から完全になくす方法は見つかっていませんが、薬の内服によりウイルスの増殖を抑え、エイズの発症を予防できるようになってきています。早く治療を開始すれば通常と変わらない生活を送ることが可能になっています。

HIVの感染経路って?

主な感染経路は性行為、血液感染、母子感染ですが、最も多いのは性行為です。血液、精液、膣分泌液が粘膜(尿道の先や膣や肛門の中、口の中など)に直接接触すると感染する可能性があります。感染を防ぐためには、コンドームを正しく使いましょう!

こんなことでは感染しません!

HIVは感染力の弱いウイルスなので、日常生活でHIVに感染する心配はありません。

- ✓ 握手をする
- ✓ つり革をにぎる
- ✓ 同じ食べ物をつつく、コップの回し飲み
- ✓ キスをする
- ✓ 衣類・シーツ・タオルなどの共有
- ✓ 蚊に刺される
- ✓ 便座に腰をかける
- ✓ 風呂・プールに入る
- ✓ せき・くしゃみで唾液がつく
- ✓ 楽器やマイク・文房具などの共有



大阪市では、匿名・無料で受けられるHIV検査を実施しています!

性感染症の感染初期には、検査を受けても正確な判定ができない期間(ウィンドウ期)があり、個人差があります。HIV検査は感染したと思われる日から、3か月以降に受けてください。



梅毒ってどんな病気?

- 性的な接触によって感染する性感染症の1つで、梅毒トレポネーマという細菌に感染することによりおこる全身性疾患です。
- 初期症状として陰部、口唇部、口腔内に、しこりが生じたり、股の付け根の部分(鼠径部)のリンパ節が腫れることがあり、また、しばらく経つと全身のリンパ節が腫れるほかに、発熱、倦怠感、関節痛などの症状や「バラしん」と呼ばれる特徴的な全身性発しんが現れることがあります。梅毒に感染していると、性器など感染部位の粘膜が傷つき、HIVなど他の性感染症にもかかりやすくなります。

梅毒患者が増加しています!

- 2018年をピークに患者数は減少傾向でしたが、2022年から患者が急増しました。近年は女性患者の割合が増え、50%以上となっています。(2024年の患者の男性:699人、女性:839人)女性患者では20歳代が68.5%を占めています。(約9割が10~30歳代です)
- 症状が消えても、梅毒は抗生物質で治療しない限り完治しません。



性感染症予防にはあらゆる性行為の際にコンドームを正しく使用することが重要です!

認知症かな?と思ったらオレンジチームへご相談を!

無料

「浪速区オレンジチーム」は認知症に関する相談窓口です。「認知症かもしれない」「認知症と診断されたがどうしたらいい?」などお気軽にご連絡ください。自分らしく暮らしていけるように、医師を含む専門職のチームでご本人やご家族、地域の方や介護関係者などからのご相談に応じます。(秘密厳守)



問合 浪速区オレンジチーム(浪速区社会福祉協議会内)
☎ 6636-6071 ☎ 6636-6028

シニアカフェ

要申込

みんなで楽しくおやつを作りましょう! 料理が苦手な人でも大歓迎です。栄養士による食のお話もあります。お気軽にご参加ください!

- 日時 令和8年1月21日(水) 13時30分~15時30分
- 場所 区役所3階 栄養講習室
- 対象 区内在住の65歳以上の方
- 定員 先着15名
- 費用 400円
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、ハンドタオル、筆記用具
- 内容 お話と調理実習
- 申込 令和8年1月14日(水)までに電話、行政オンラインシステムから



問合 浪速区オレンジチーム(浪速区社会福祉協議会内)
☎ 6636-6071 ☎ 6636-6028

健診のお知らせ

問合 浪速区保健福祉課(保健) ☎ 6647-9882 ☎ 6644-1937

種 別	実施日時(受付時間)	対 象	予約	費 用	場所	
乳幼児健診	3か月児健診※	令和7年7月21日～令和7年8月20日生まれの方	※	無 料	区役所3階	
	1歳6か月児健診※	12月4日(木) 13時20分～				令和6年5月1日～令和6年5月31日生まれの方
		令和8年1月8日(木) 13時20分～				令和6年6月1日～令和6年6月30日生まれの方
	3歳児健診※	12月25日(木) 13時20分～				令和4年6月1日～令和4年6月30日生まれの方
※乳幼児健診の対象は予定で変更になる場合があります。対象の方へは事前に通知します。 当日、健診の都合により時間が前後する場合があります。						

12月22日(月) 冬至の日は「ゆず湯」銭湯に行こう!

日本では古くから冬至の日に「ゆず湯」に入ると「1年中風邪をひかない」という言い伝えがあります。ゆず湯に入る習慣は、銭湯ができた江戸時代から始まったと言われていますが、ゆずの果皮はビタミンA・C、カリウム、カルシウムなどの栄養を多く含み、また体内の代謝作用を円滑にして疲労回復効果のあるクエン酸も豊富に含んでおり、このようなゆずの効能を昔の人は経験から知っていたようです。浪速区には、大阪府公衆浴場組合に所属する銭湯(お風呂屋さん)が4軒あり、各銭湯では、12月22日(月)の冬至の日に「ゆず湯」を実施します。日ごとに厳しくなっていく寒さに備えるとともに、銭湯の広い湯船でゆず湯につかり、慌ただしい年末の疲れを癒してはいかがでしょうか。ぜひお近くの銭湯へお越しください!

- ① ラジウム温泉 恵美須東1-4-13 ☎6641-3093【営】6時~24時【休】第2・4木曜
- ② ヘルシー温泉タテバ 桜川2-14-19 ☎6567-1424【営】14時~5時【休】無休



- ③ 金比羅温泉 桜川4-17-13 ☎6561-3609【営】13時30分~24時【休】火曜
- ④ ヘルシー温泉桜川 桜川3-1-13 ☎6561-9961【営】6時~24時【休】無休

