

かると

食中毒に気をつけましょう

これから食中毒が発生しやすい季節になります。食中毒菌を『付けない』、『増やさない』、『やっつける』が食中毒予防の3原則です。家庭での予防のため、日ごろから次のことを守りましょう。

◎家庭でできる食中毒予防の6つのポイント

- 食品を購入するときは鮮度に気をつける。
- 食品は持ち帰ったら、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れ、詰めすぎに注意する。
- 下準備時は、手や調理器具などをよく洗い、清潔にする。
- 調理はすばやく、十分に加熱をする。
- 食卓につく前に手を洗い、食事は調理後早く食べる。
- 残った食品は、早く冷えるように浅い容器に小分けして保存する。

▽お問い合わせ 健康推進課 (しんた21内 ☎0100)

最近、『空き地でごみを焼いている』、『家庭用焼却炉やドラム缶、ブロックなどで囲んで焼却

ている』、『工場や作業場の敷地内で燃やし、煙が出ている』といった周辺住民からの煙害による苦情が寄せられています。

ごみなどは適正に処理し、たとえ少しであつても、『野焼き』は絶対にしてないようにしましょう。廃棄物の焼却禁止に違反した場合は法律により罰せられます。

▼お問い合わせ 環境資源課 (クリンクルセンター内 ☎2958)

クリンクルセンターにごみを自己搬入される方へ

クリンクルセンターにごみを自己搬入する場合は、『燃やせるごみ』、『燃やせないごみ』、『資源ごみ』、『有害ごみ』、『粗大ごみ』に正しく分別し、透明または半透明の袋に入れるか、入らない物は束ねて搬入してください。『粗大ごみ』はそのまま搬入してください。

◎枝や木材などは(径が10センチ・長さ140センチ・重さ10キログラム以下)に束ねて搬入してください。

◎段ボール箱や黒い袋などの中の見えない物は受け入れしません。

▼受付時間 9時〜16時

▼料金 100キログラムまで500円、10キログラムごとに50円

▼お問い合わせ 環境資源課 (クリンクルセンター内 ☎2958)

健康相談・診査

◎健康相談

月日	受付時間	場所
9月28日(火)	10:00~	しんた21
9月29日(水)	10:00~	鷺別公民館
9月30日(木)	10:00~	婦人センター

▼対象 コレストロールや血圧、血糖値などが高く、生活上どんな工夫や注意をしたらよいか知りたいと思っている方

▼内容 保健師や栄養士による食生活や生活習慣に関するアドバイス

◎8カ月児健康相談

クラス	対象	受付時間
ひよこクラス	平成16年1月生まれで第2子目以降のお子さん	10:15~ 10:30
もぐもぐクラス	平成16年1月生まれで第1子目のお子さん	12:45~ 13:00

▼月日 9月22日(水) (時間は、対象となる家庭に通知します)

▼場所 しんた21

▼内容 身体計測、栄養相談、育児相談、遊びの紹介

▼持ち物 母子健康手帳、バスタオル、替えオムツ

◎乳幼児健康相談

▼月日 9月22日(水)

▼受付時間 10時〜10時15分

▼場所 しんた21

▼対象 育児相談を希望する方

▼内容 発育・発達・育児などの相談、栄養相談

▼申し込み 事前に電話でお申し込みください

◎4カ月児健康診査

▼月日 9月16日(水) (時間は、対象となる家庭に通知します)

▼場所 しんた21

▼対象 平成16年4月16日〜平成16年5月15日生まれのお子さん

▼内容 診察、身体計測、栄養相談、育児相談

▼持ち物 母子健康手帳、バスタオル、替えオムツ

◎1歳6カ月児健康診査

▼月日 9月8日(水) (時間は、対象となる家庭に通知します)

▼場所 しんた21

▼対象 平成15年2月生まれのお子さん

▼内容 診察、歯科検診、身体計測、栄養相談、歯科相談、育児相談、フッ素塗布の予約

▼持ち物 母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ

◎3歳児健康診査

▼月日 9月2日(水) (時間は、対象となる家庭に通知します)

▼場所 しんた21

▼対象 平成13年8月生まれのお子さん

▼内容 診察、歯科検診、尿検査、身体計測、栄養相談、歯科相談、育児相談

▼持ち物 母子健康手帳

申し込み
問い合わせ
健康推進課
(しんた21内 ☎0100)