

## 献血にご協力ください

依然、全種類の血液が不足しています。より多くの皆様のご協力をお願いします。

### ▶日時・場所

| 日 時                    | 場 所      |
|------------------------|----------|
| 9月19日(火) 10時～11時30分    | 登別温泉支所   |
| 9月19日(火) 13時～14時       | 登別厚生年金病院 |
| 9月19日(火) 14時30分～16時30分 | 三 愛 病 院  |

## エキノコックス症の感染に 気をつけましょう



### ◎エキノコックスとは？

エキノコックスは、寄生虫の一種で、キツネや犬などに寄生したエキノコックスの卵が人間の口に入ると、体内で幼虫に成長し、肺や肝臓などが侵されます。

また、潜伏期間が長い（数年～10数年）ため、すぐには自覚症状がありませんが、放っておくと命にかかわることがあります。

### ◎予防するためには？

- 外から帰ったら必ず手を洗う。
- 沢水や小川などの生水は飲まない。
- 山菜は、よく洗うか十分に加熱（60～80℃で5分間、100℃で1分間が目安）してから食べる。
- キツネの餌になる生ごみは、放置しない。
- キツネを餌付けしたり、呼び寄せたりしない。
- 最近では、飼い犬からの感染例もあるため、犬の放し飼いはいししない。

## O-157（腸管出血性大腸菌）を 予防しましょう

O-157などの腸管出血性大腸菌は、ほかの食中毒菌と同じく加熱に弱く、消毒剤などで死滅します。一般的な食中毒予防を行えば、感染の危険を最小限に抑えられます。

### ◎感染を予防するポイント

#### ①原因菌をつけない

- 手をせっけんでよく洗う。
- 調理器具をよく洗う。

#### ②原因菌を増やさない

- 肉や魚などの生ものを室内に放置しない。
- 冷蔵庫に物を詰めすぎない。
- 調理後は早めに食べる。

#### ③原因菌を殺菌する

- 食品の中心温度が75℃以上で1分間以上を目安として十分に加熱する。



## 離乳食教室に参加しませんか

赤ちゃんが喜ぶ、簡単でおいしい離乳食を作ってみませんか。

▶日時 9月14日(木) 10時～12時

▶場所 しんた21調理室

▶対象 生後4～6カ月のお子さんとその保護者

※当日、託児を行います。

▶内容 離乳初期ころの離乳食の調理実習と参加者の交流

▶定員 親子15組（申込順）

▶参加料 300円

▶持ち物 エプロン、スカーフ

▶申し込み 9月11日(月)までに電話でお申し込みください



## 市民健康教室（講演会）を開催します

▶日時 9月26日(火) 13時30分～15時

▶場所 市民会館大ホール

▶テーマ 『生活習慣病』と『メタボリックシンドローム』について

▶講師 藤沢潤一さん（登別厚生年金病院循環器科部長）

▶入場料 無料

※当日、直接会場にお越しください。



## すこやかマタニティ教室に 参加しませんか

もく浴やおむつ交換などの実習をはじめ、妊婦体操の体験や先輩ママの体験談などを聞くことができるほか、妊娠中の食事についてのお話もあります。

お父さんになる方やご家族もぜひご参加ください。

### ▶日時・内容

| 日 時                            | 内 容                      |
|--------------------------------|--------------------------|
| 1日目 10月15日(日)<br>10時～12時30分    | もく浴やおむつ交換などの実習、パパの妊婦体験など |
| 2日目 10月20日(金)<br>13時30分～15時30分 | 妊婦体操、授乳体験、先輩ママとの交流など     |
| 3日目 10月27日(金)<br>13時30分～15時30分 | 妊娠期の食生活のお話など             |

▶場所 しんた21

▶対象 1日目…妊婦の方（ご家族も参加できます）、2・3日目…1日目に参加した妊婦の方

▶定員 20組（申込順）

▶申し込み 9月13日(水)から10月11日(木)までに電話でお申し込みください

しあわせな明日を築くために  
年に一度の定期健診を！  
人間ドック・がん検診等  
各種健康診断をご利用下さい。

## (財)室蘭・登別総合健診センター

室蘭市東町4丁目20番6号 TEL(0143)45-5759

2007年度 学生募集はじまります

# 願書受付

平成18年9月27日  
入学願書受付開始!

専門課程 介護福祉学科 専門課程 調理師学科  
2年制・男女 2年制・男女

※各種奨学金制度あります。※海外研修制度、留学も可能です(調理)。

おかげさまで13年連続就職希望者100%就職達成

学校法人北斗文化学園 厚生労働大臣指定養成校

## 北海道福祉衛生専門学校

第1校舎

〒051-0004

室蘭市母恋北町1-5-11 ☎(0143)22-7722(代)

入試・就職広報室/ ☎(0143)22-5005

第2校舎

〒051-0012

室蘭市山手町1-11-34 ☎(0143)25-2211(代)

入試広報室/ ☎(0143)25-2288