

## 7月の歯科救急医療

日時	診療所名	住所・電話番号
7月6日(日) 9時～11時	本田 歯科	室蘭市港南町1丁目9-19 ☎②3322
	宮武 歯科医院	登別市中央町1丁目4-1 ☎⑤2826
7月13日(日) 9時～11時	前田 歯科医院	室蘭市中央町3丁目5-6 ☎②5367
	エルム 歯科	伊達市末永町58-61 ☎0142⑤5188
7月20日(日) 9時～11時	みうら 歯科	室蘭市港北町2丁目6-1 ☎⑤6330
7月21日(月) 9時～11時	水野 歯科医院	室蘭市東町2丁目19-14 ☎④4500
7月27日(日) 9時～11時	森 歯 科 ク リ ニ ッ ク	室蘭市港北町2丁目5-18 ☎⑤0118

問 い 合わせ

室蘭歯科医師会 (☎④3522)

## 食中毒に気をつけましょう

食中毒を予防するには、食品を細菌による汚染から守ることが大切です。次の3つの原則を守りましょう。

### ○つけない (清潔)

まず手を洗いましょう。食器やまな板、ふきんなど調理器具を熱湯や消毒薬で消毒することも大切です。手・指にきり傷などがある場合、調理する際には十分注意してください。化膿した傷口の中には食中毒の原因となる細菌がたくさんついています。

### ○ふやさない (迅速、冷却)

細菌は、温度が低くなると増殖しにくくなります。食品を買ってきたらすぐに冷凍・冷蔵庫に保存するか、速やかに調理するようにしましょう。特に生の食材はできるだけ早く調理しましょう。

### ○やっつける (加熱と殺菌)

細菌は熱に弱く、加熱されるとほとんどの菌は死んでしまいます。食品には、なるべく火を通しましょう。

問 い 合わせ

健康推進グループ

(しんた21内☎⑤0100)

※時間は、対象となる家庭に通知します。

### ◎1歳6カ月児健康診査

▼月日 8月27日(水)

▼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

▼場所 しんた21

▼対象 平成19年12月生まれのお子さん

### ◎8カ月児健康相談

▼月日 8月20日(水)

▼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

▼場所 しんた21

▼対象 平成20年3月16日～平成20年4月15日生まれのお子さん

### ◎3歳児健康診査

▼月日 8月7日(木)

▼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(希望者800円)

▼持ち物 母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ

▼場所 しんた21

▼対象 平成19年1月生まれのお子さん

※事前に電話でお申し込みください。

### ◎乳幼児健康相談

▼月日 8月20日(水)

▼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、お子さんの歯ブラシ

▼場所 しんた21

▼対象 平成17年7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、育児相談

▼持ち物 母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ

▼場所 しんた21

▼対象 平成17年7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

▼持ち物 母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ

▼場所 しんた21

▼対象 平成17年7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

▼持ち物 母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ

## 健康相談・診査

申し込み  
問 い 合わせ

健康推進グループ  
(しんた21内☎⑤0100)

