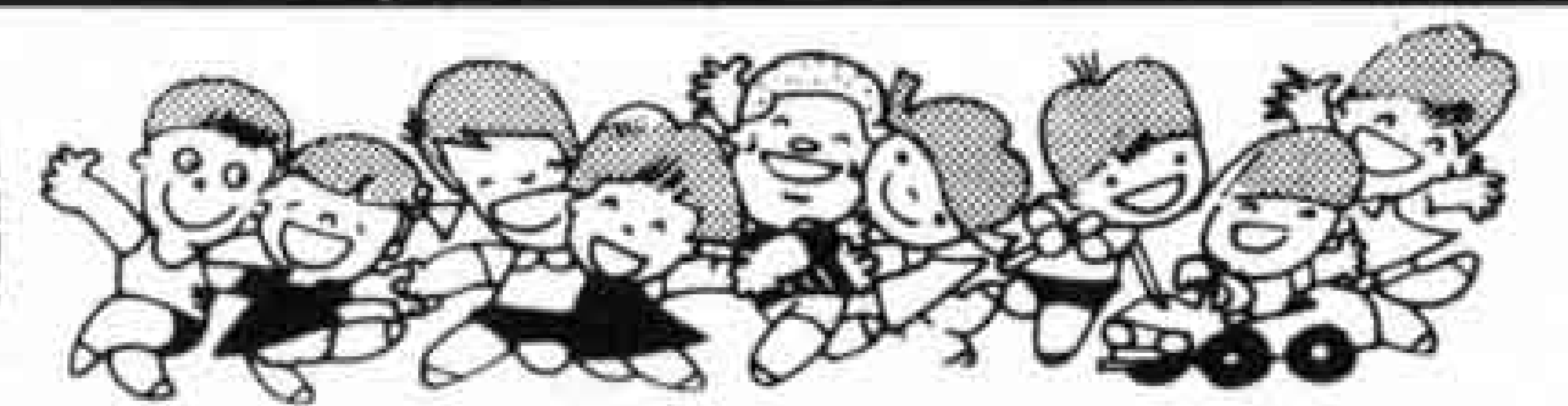




暮らしのたより



保健だより

問い合わせ

健康課 内線2440
2441



1歳6ヵ月児健康診査 (13:30~15:00)

ところ	とき	該当児
勤労者会館	2月5日(金)	61年7月生まれ
市立体育館	" 18日(木)	"
"	" 25日(木)	"

※持ち物 母子健康手帳、通知書

3歳児健康診査 (13:00~14:30)

ところ	とき	該当児
富士保健所	2月12日(金)	60年1月1日~10日生まれ
"	" 19日(金)	" 11日~20日生まれ
"	" 26日(金)	" 21日~31日生まれ

※持ち物 母子健康手帳、通知書

2月のお母さん教室

☆とき 4日(木)、18日(木)、25日(木)
13:00~15:30

☆ところ 富士保健所会議室

☆持ち物 母子健康手帳、筆記用具

離乳食講習会 (9:30~11:30)

ところ	とき	該当者
鷹岡公民館	2月4日(木)	生後2~5ヵ月の第一子を持つ
富士公民館	" 18日(木)	母親や祖母

※持ち物 母子健康手帳、筆記用具

健康コーナー

酒と肝臓病



酒は、古くから日本の文化に溶け込み冠婚葬祭などの行事に無くてはならないものです。しかし徒然草には「百薬の長とは言えど、万の病は酒よりこそ起れ」との戒めがあります。そこで、酒の飲み過ぎから起こる病気を挙げてみますと、肝臓病、肺炎、胃炎、胃潰瘍、心筋症、脳神経障害、造血器障害などがあります。

お酒を飲むと、アルコール分は胃や小腸で吸収され、大部分を肝臓で

分解して、一部が尿や呼気から排せつされます。肝臓でのアルコール処理能力は一日約200㇀で、ウイスキー500㇀、日本酒1升、ビール7本ぐらいに相当します。また、毎日80㇀相当のアルコール分を飲み続けると肝臓病になる可能性が高くなります。アルコールによる肝臓病を症状の軽い順から列記しますと、

- 1)脂肪肝 肝細胞の脂肪化で、禁酒によって回復可能です。
- 2)肝 炎 ウイルスやその他の原因による肝炎とほぼ同様の症状で、中には劇症肝炎になるものもあります。
- 3)肝硬変 アルコール性肝障害の末期の症状で、回復させることは困難です。

鷹岡公民館12:00

◇2月12日(金)、26日(金)

田子浦公民館9:00、富士公民館9:30



市民インディアカ大会

とき 2月28日(日) 9:00~

ところ 勤労者体育センター

種別

- ◎男子 壮年の部 (30歳以上)
- 青年の部 (30歳未満)

◎女子 (年齢制限なし)

登録 1チーム7人まで

参加費 無料 (ただし、保険未加入者は1人100円)

申し込み・問い合わせ 2月13日(土)までに、申し込み用紙に必要事項を明記して文化体育課へ。内線2723

犬猫の引取日

飼えなくなった犬、猫の回収作業は各会場15分間です。当日は愛犬手帳をお持ちください。なお、飼えなくなって出した犬、猫はお返しできませんのでご注意ください。また、野良猫の捕獲、引き取りはいたしません。

◇2月5日(金)、19日(金)

吉永公民館9:00、市立体育館9:30、
広見公民館10:00、大淵公民館10:30、

民話テレホンサービス

☎53-1111

2/1~2/14

「大淵の大淵小僧」 大淵中

2月の歩く会

とき 2月14日(日) 雨天は28日

ところ 修善寺梅園

集合場所と時間 富士駅改札口前8:40

コース 富士駅(9:04)■三島■修善寺~梅園 行程約10㇀

持ちもの 弁当、水筒、タオル、雨具

問い合わせ 桑原吉平 ☎52-2764

佐野幹夫 ☎52-0774

千利休酒盃の銘に「一盃は人酒を飲み、二盃は酒酒を飲み、三盃は酒人を飲む」とあります。肝臓病予防のためには適量のお酒を飲み、週1~2回は休肝日を設けることが大切です。

〈富士市医師会〉

レター通信

最近、蜂蜜が原因とみられる乳児ボツリヌス症が話題となっています。この病気は、食品中の毒素が起こす従来のボツリヌス食中毒と異なり、乳児特有の新タイプの病気です。1歳未満の乳児には、蜂蜜を与えないことが必要です。