



# 暮らしのたより



## 保健だより

問い合わせ

健康課 内線2440  
2441



### 4月の乳児相談 の該当者

☆4ヵ月児 62年12月生まれ  
☆10ヵ月児 62年6月生まれ  
★日時、会場は健康カレンダーをごらんください。

### 1歳6ヵ月児健康診査 (13:30~15:00)

ところ	とき	該当児
市立体育館	4月14日(休)	61年9月1日~15日生まれ
"	" 21日(休)	16日~30日生まれ
勤労者会館	" 28日(休)	61年9月生まれ

※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	4月8日(金)	60年3月1日~10日生まれ
"	" 15日(金)	11日~20日生まれ
"	" 22日(金)	21日~31日生まれ

※持ち物 母子健康手帳、通知書

### 4月のお母さん教室

- ☆とき 14日(木)、21日(木)、28日(木) 13:00~15:30
- ☆ところ 市役所10階会議室
- ☆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
富士公民館	4月12日(火)	生後2~5ヵ月の第一子を持つ
広見公民館	" 26日(火)	母親や祖母

※持ち物 母子健康手帳、筆記用具

### 3B体操教室

とき 4月15日(金)~6月24日(金) 毎週金曜日 (4月29日は除きます)  
計10回 19:00~20:30  
ところ 富士市立体育館  
対象 一般女子  
定員 50人  
受講料 3,000円 (保険料を含みます)  
服装・持ち物 運動のできる服装、室内用運動靴、なわとびのヒモ  
申し込み、問い合わせ  
4月5日(火)~4月12日(火)までに受講料を添えて(財)富士市施設利用振興公社へ(勤労者体育センター☎35-0672 吉原市民会館☎52-0740、富士文化センター☎61-6262)

### 虫歯予防教室

とき 4月19日(火) 13:30~15:00  
ところ 吉原市民会館  
対象 1歳6ヵ月~3歳の幼児  
内容 歯科検診、歯垢染め出しテスト、正しい歯みがき法  
持ち物 歯ブラシ、タオル、コップ、母子健康手帳  
申し込み 直接会場へおいでください。  
問い合わせ 健康課 内線2442

### 4月の献血

日	場所	時間
13日(休)	富士高砂殿	9:00~15:30
21日(休)	市役所西口	9:30~15:30
23日(土)	鷹岡公民館 天間公民館	9:30~12:00 13:00~15:30
30日(土)	富士駅前	10:00~16:00

### 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、猫はお返して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。  
◇4月8日(金)、22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、鷹岡公民館12:00  
◇4月15日(金)  
田子浦公民館9:00、富士公民館9:30

**緑の羽根 募金運動**  
3.10~5.15  
静岡県緑化推進委員会

## 健康コーナー

# エイズ



エイズ(後天性免疫不全症候群)は、もとは中央アフリカの地方病でしたが、1981年ころから欧米の男性同性愛者の間に広がり、最近では女性や一般人にも及んでいます。

欧米には万単位のエイズ患者がおり、米国での感染者(エイズ抗体陽性者)は100万人以上になると言われています。日本では、昨年末で感染者は約1,000人程度ですが、徐々に増加しています。

エイズはエイズウイルスが原因で、このウイルスは白血球の一種であるリンパ球に侵入しこれを破壊します。リンパ球は細菌、その他の病源体を殺す抗体をつくる重要な役割を持つ細胞です。この細胞の死滅により抵抗力がおちて、有害な微生物の侵入が容易になり、ついには死に至ります。現在このウイルスに対する有効な薬はなく、ワクチンもありません。

このウイルスの感染は非常に限定されていて、精液や血液以外では他人にうつりませんので、エイズ感染のおそれのある人(例えば、不特定多数の異性と性交渉を持つ人)との性行為を避ければ、まず安心です。輸血またはその製剤でも感染する場合があります。

日本のエイズ感染者の大部分は血友病患者ですが、現在は危険な血液は使用されていません。万一、エイズ患者の血液と接触したらよく水洗してください。

エイズウイルスは20分以上の煮沸で死滅する程度の弱いものです。いたずらに恐れることはありません。  
〈富士市医師会〉

## レダ一通信

ことしは、スギの花粉によるアレルギー性鼻炎が早くからみられます。多くの方が鼻汁、目のかゆみ、のどの痛みなどに悩まされているようです。暖冬が続き、スギの花の生育がよいためでしょうか。