

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 □は閉庁日です。

富士古典文学講座
— 平家物語 —
☎ 富士公民館 63-5211

と き 9月9日、10月14日、11月11日
12月9日、平成8年1月13日
10:00~12:00
ところ 富士市民センターほか
内 容 「平家」に見る源義経像ほか
定 員 80人 受講料 3,800円
講 師 秋末一郎さん(国学院大学名誉教授)
申し込み 8月21日から受け付けます。
受講料を持参し、富士公民館へ
(先着順)

個別健康相談
～赤ちゃんからお年寄りまで～
☎ 保健女性センター 64-8993

健康、育児、食生活に関することなら何でもご相談ください。保健婦と栄養士があなたの話をお聞きします。
と き 8月10日(木)・24日(木)
9:00~17:00
ところ 保健女性センター
申し込み 電話で保健女性センターへ
予約してください

エイズの無料相談及び検査
☎ 保健女性センター 64-8990

と き 8月15日(火) 9:00~11:45
ところ 富士保健所
申し込み 電話で富士保健所保健予防課へ予約してください
☎65-2155
*検査は原則的に2,600円かかります

センター婦人がん検診
☎ 保健女性センター 64-8992

と き 8月23日(水) 13:30~14:15
ところ 保健女性センター
対 象 30歳以上の女性
内 容 子宮頸がん・乳がん検診
受診料 1,100円
(70歳以上などは無料)
申し込み 電話で保健女性センターへ
予約してください
*不正出血・子宮筋腫などがある人は医療機関での検診をお勧めします

双子の子育て交流会
☎ 保健女性センター 64-8994

と き 8月30日(水) 10:00~11:30
ところ 保健女性センター
対 象 双子(多胎児)を出産予定の妊婦、就学前の親子
定 員 20組
内 容 子育ての情報交換、体験談など
申し込み 8月10日までに電話で保健女性センターへ

母子家庭、寡婦の皆さんのための無料相談
☎ 児童福祉課 内線 2327


と き 8月10日(木) 9:30~16:30
ところ 市役所10階研修室
内 容 職業、住宅、児童の養育、年金などについての無料相談
問い合わせ 児童福祉課または県母子福祉センター ☎054-245-1938

静岡県翼ファミリーツアー in グラム島
☎ 障害福祉課 内線 2320

障害者と青年ボランティアのふれあい海外交流事業に参加しませんか。
と き ①11月15日~19日
②11月16日~20日
定 員 障害者とその家族・友人300人
青年ボランティア50人
参加費 13万9,000円
申し込み 9月15日までに電話で静岡県ふれあいの翼実行委員会へ
(先着順) ☎054-251-3027

長寿社会対応住宅の相談に応じます
☎ 高齢者福祉課 内線 2318

高齢社会に向かい、これから住宅を新築・増改築しようとする人が、快適で安心して住むことができる住宅づくりの相談に応じます。
若いときから高齢期まで安心して住み続けられる住宅、心身機能の衰えに対応した改造、障害者の生活に応じた住宅など気軽にご相談ください。

 **8月の献血**
☎ 社会福祉課 内線 2312

成分献血、400ml献血へのご協力を

日	場 所	時 間
14(月)	富士見台ショッピングセンター	10:00~15:30
16(水)	県総合庁舎駐車場	9:30~11:00
17(木)	市 役 所 西 口	9:30~15:30
26(土)	J R 富 士 駅 前	10:00~16:00

健康コーナー

食中毒

食中毒とは、細菌の毒素や有毒な化学物質などを口にするによって、引き起こされる胃腸の病気のことです。腸炎ビブリオやサルモネラといった細菌によって起こる細菌性食中毒、フグや毒キノコなどの動植物の毒による自然毒食中毒、農薬などによる化学性食中毒、カビ毒による真菌毒食中毒、特殊な細菌によって生産されるヒスタミンというアレルギーを起こす物質によるアレルギー様食中毒などに分類されます。

日本では毎年3万人から4万人の人が食中毒になり、6月から9月の夏期に多く発生しています。

日本で発生の多い細菌性食中毒には、感染型と毒素型があります。感染型は細菌が食べ物の中で増殖し、食べた人の腸の中でさらに増殖しながら毒素を出して食中毒を起こします。毒素型は細菌が生産した毒素を口にするによって起こる食中毒で、熱などで細菌は死んでいたとしても、毒素の量が多ければ食中毒を起こします。

細菌性食中毒にかかると、吐き気やおう吐、下痢、腹痛といった消化器症状が起こり、時には血便が出ることもあります。また、全身症状として発熱

や激しい下痢による脱水症状を起こすこともあります。

食中毒の予防策としては、①夏は生ものを食べるのに気をつける②まな板やふきんは使用後よく洗って乾燥させる③冷蔵庫をこまめに掃除するなどといったことが大切です。

レター通信

14年間続いたこの健康コーナーも、今回で終了することになりました。皆さんの健康に少しでもお役に立てれば幸いです。ご愛読ありがとうございました。



次回からは、福祉・保健についてのコーナーを始めます。お楽しみに。