

健康づくり

献血のお知らせ

~かけがえのない命を守るためにあなたができるボランティア、献血~

- ・期日 平成18年3月2日(木)
- ・場所 行方市役所玉造庁舎(9:30~12:30)
なめがた地域総合病院(14:00~16:00)
【問合わせ先:玉造保健センター(0299-55-3240)】

- ・期日 平成18年3月9日(木)
- ・場所 行方市北浦公民館(9:30~15:30)
【問合わせ先:北浦保健センター(0291-34-6200)】



ノロウイルスによる食中毒に気をつけましょう(冬場に多い食中毒)

特徴

乳幼児から成人まで幅広い年齢層に、胃腸炎を起こすウイルスです。ノロウイルスは主に牡蠣などの2枚貝の中に蓄積されているウイルスで、生牡蠣などの消費が増える冬に多く発生します。



感染経路

ウイルスが蓄積された貝を十分加熱しないで食べると感染します。ノロウイルスに感染した人のふん便やおう吐物を処理した後、手指にウイルスがついていると、口から取り込まれて感染します。また、ふん便やおう吐物が乾燥して舞い上がり、口から取り込まれて感染することもあります。

感染したときの症状

ウイルスが体内に取り込まれてから発症するまでの時間は24~48時間です。主な症状は、下痢・吐気・おう吐・腹痛・発熱などで、通常3日以内に回復しますが、ウイルスは感染後1週間程度ふん便中に排出されます。高齢者は、おう吐物が誤って気管に入り誤嚥性肺炎を起こしたり、のどに詰まって窒息するがあるので、注意が必要です。



予防方法

ノロウイルスは、十分に加熱すれば滅菌することができます。加熱する際は食品の中央まで火が通るように、中心温度85℃以上で1分以上加熱しましょう。また、塩素系漂白剤による殺菌も効果があります。汚染された水や調理器具を介してうつりますので、手洗いやうがい、調理器具の洗浄などに日頃から気をつけることが大切です。

子育て支援センター

子育て支援センターは子供が心身ともに健やかに成長できるよう、地域全体で子供を見守るシステムをコーディネートするところです。

子育て休日教室

『さまざまな問題行動への対応・相談パート2』

日 時 2月5日(日)

午前10時から11時30分

午前9時30分から受付

場 所 行方市玉造公民館

講 師 井川三千子先生

11月に続いて2回目の講座になります。前回は熱心な参加の皆さんとの真剣な眼差しに出会うことができ、とても充実した研修になりました。

今回もたくさんの意欲的な皆さんの参加をお待ちしています。

親子教室

『リズムで遊ぼう!!』

日 時 2月16日(木)

午前10時から11時30分

午前9時30分から受付

場 所 行方市玉造公民館

親子で、そして参加した人達と触れ合い、楽しい時間を過ごしませんか...。『手遊び』『リズム遊び』『一緒に歌おう』などプログラムを考えています。ぜひ、参加して下さい。



子育て支援センター

電話 0299-55-0130(直通)
子育て相談...水曜日は夜8時まで相談を
(電話・窓口)受付ています

ス・トミック講座

五感・表現部門

『作品展をしよう!!』

日 時 2月9日(木)

午前10時から11時30分

午前9時30分から受付

場 所 行方市玉造公民館

講 師 山本早苗先生

講座参加時に制作をした絵画を展示します。

10日から12日まで展示をしておきますので、ご家族で自由に公民館で鑑賞して下さい。



文化伝承・創作活動部門

『季節を食べよう』

日 時 2月26日(日)

午前9時30分から12時30分

午前9時15分から受付

場 所 行方市玉造公民館

講 師 更生保護女性会のみなさん

代表 荒井節子さん

その他 親子で10組募集します。1組200円の集金をさせていただきます。

前日25日は1時から講師の方々と一緒に野草取りを計画しています。そちらも是非参加して下さい。

子育て広場カレンダー(2月1日~2月27日)

子育て広場でたのしく遊びましょう

午前9時30分から11時30分

午後1時30分から3時30分

		行方市玉造保健センター
2月	午前	11日、13日、14日、20日、24日、27日
	午後	1日、2日、3日、13日、14日、17日、20日、21日、22日、24日、27日