

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)
【問い合わせ先: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)
【問い合わせ先: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って誤嚥性肺炎を起こしたり、のどに詰まって窒息することがあるので、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あい、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)受付しています

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