



保健センターからのお知らせ

松伏町大字松伏428 ☎992-3170・4323

「いつかしようを、今にしよう。
はたちの献血」

厚生労働省、各都道府県及び日本赤十字社では、1月から2月にかけて「はたちの献血」キャンペーンを実施しています。皆さまの温かいご協力をお願いします。

乳幼児健診 1月



4か月児 (令和 2年9月生) 27日(水)

9か月児 (令和 2年3月生) 6日(水)

1歳8か月児 (令和 元年5月生) 20日(水)

3歳4か月児 (平成29年9月生) 13日(水)

※9か月児健診では、歯ブラシをプレゼント

※1歳8か月児・3歳4か月児健診では、希望者にフッ素塗布を行います。

受付 13:15~14:00

※対象の方には通知を送付しています。

無料相談

こころの相談 (要予約) ☎992-3490

1月18日(月)9:00~12:00

不安・不眠・イライラ等でお困りの方

栄養相談 (要予約) ☎992-3170

1月6日(水)、2月3日(水)いずれも9:00~11:00

子どもから大人まで栄養に関すること

健康 (育児) 相談 ☎992-3170

1月6日(水)、2月3日(水)いずれも9:30~11:00

健康相談: 血圧測定、尿検査、生活習慣病予防に関する
こと

育児相談: 身長・体重の測定、育児の悩みに関すること

離乳食講習会 中期・後期(要予約)

1月19日(火)10:00~11:30 定員5名



感染性胃腸炎にご注意!

冬季に流行する感染性胃腸炎の多くの原因となっているのがノロウイルスです。症状は吐き気やおう吐、下痢・腹痛などです。健康な人の場合、これらの症状は1~3日で治まりますが、早めの受診をお勧めします。

ノロウイルスはほんの少しの量でも感染してしまうため、便やおう吐物はきちんと処理していないと乾燥し空気中に舞い上がって大勢に感染する事もあります。

ノロウイルスに感染しないため、下記の予防に努めましょう。

1. 手洗いの徹底

・トイレの後や調理前、食事前などは、石けん(液体石けんが推奨されています)を使い、きちんと手を洗いましょう。

・手洗い後のタオルは共用せず、個人用タオルかペーパータオルの使用をお勧めします。

2. 食中毒の予防

・加熱が必要な食品は、中心部までしっかり加熱(85℃・1分以上)して食べましょう。

・調理器具の洗浄、殺菌を十分行ないましょう。

3. おう吐物、便の処理

・おう吐物などは「すぐにふき取る」「乾燥させない」「消毒する」の3原則を守りましょう。

4. 日頃の健康管理に気をつける



気軽にノルディックウォーキング

●●1月12日(火)北部サービスセンター(グラウンド集合)

26日(火)まつぶし緑の丘公園(管理センター前集合)

いずれも9:30~11:00

◎40名程度 ⑤マスク

【登録】年度初回参加時のみ当日会場で登録が必要です。

【貸出】ノルディックウォーキングポール無料貸出あり。(ポールの数に限りあり)

調理師の方は調理師業務従事者届を出しましょう!

▶対象 県内の飲食店や給食施設などで就業している調理師

▶方法 令和2年12月31日現在の氏名、免許番号、従事する施設名等を令和3年1月15日までに指定様式にて埼玉県調理師会へ届出

▶問合せ 一般社団法人埼玉県調理師会

☎048-862-6443

埼玉県健康長寿課 ☎048-830-3585