

ノロウイルスによる食中毒にご注意を!

ノロウイルスは、冬期を中心に急性胃腸炎を起こすウイルスです。通常は2〜3日で回復しますが、抵抗力の弱い乳幼児や高齢者が感染した場合、重症化することもあります。感染力が強く、「食品から人」「人から人」にも感染するため、集団感染の危険もあります。次のポイントを守り、食中毒の予防に努めましょう。

【予防のポイント】

- ・ 外出後や調理・食事前などには必ずせっけんと流水で十分に手洗いをしましょう。
- ・ 食品（特に二枚貝）の取り扱いには十分注意し、中心部まで過熱調理してから食べましょう。加熱の目安は、85℃以上で1分間以上です。
- ・ 調理器具などは十分に洗浄し、熱湯や台所用漂白剤などで消毒しましょう。
- ・ 嘔吐物、排泄物などの処理には、ビニール手袋などを使用し、直接

手を触れないようにしましょう。また、消毒には台所用塩素系漂白剤を薄めたものが有効です。

- ・ 下痢をしている場合は、乳幼児との入浴を避け、最後に入浴するかシャワーのみにしましょう。
- ・ 回復後もしばらくウイルスが排泄されるため、汚れた手などで食品を汚染させないように注意しましょう。

児童むし歯予防教室

- ▼日時 平成25年1月12日(土)10時〜11時30分(受け付けは9時45分〜10時)
- ▼会場 保健相談センター
- ▼対象 奥歯の永久歯が生え始めるおむね6歳の年長児〜小学1年生のお子さんと保護者
- ▼定員 先着15組
- ▼申し込み 電話で健康づくり課へ。

健康えびな普及員会主催

「健康教室」

- ▼①「プリアーブドフラワー教室」
枯れない花プリアーブドフラワーで、大事な記念日を飾りませんか?
▼日 平成25年1月23日(水)
- ▼会場 中新田コミセン
- ▼定員 20人(事前申込制。応募多数の場合は抽選)
- ▼講師 森 紀子氏
- ▼費用 1000円
- ▼持ち物 はさみ、持ち帰り用の紙袋、健康手帳(お持ちの方)

②リンパマッサージ教室

- アロマの香りで癒され、オイルを使ってハンドマッサージをしてみませんか?動きやすい服装でご参加ください。
- ▼日 平成25年1月29日(火)
 - ▼会場 国分コミセン
 - ▼定員 30人(事前申込制。応募多数の場合は抽選)
 - ▼講師 松島葉子氏
 - ▼費用 無料
 - ▼持ち物 健康手帳(お持ちの方)
 - ※①②共通事項
 - ▼時間 10時〜12時(受け付けは9時45分から)

市・海老名総合病院共催 市民健康講座「口腔がんについて」

口腔がんは、日本で年間7,000人がかかる顎や口の周囲にできるがんの総称で、近年高齢者の発症が増加しています。症状が進行すると、「食べる」「飲む」「話す」「呼吸する」などといった口の機能が妨げられるだけでなく、命に関わる病気のため、早期発見・早期治療が大切です。

市と海老名総合病院では、口腔がんに対する基礎知識を学ぶ講座を実施します。ぜひ、ご参加ください。

- ▶日時 平成25年1月19日(土)11時〜12時30分(受け付けは10時30分から)
- ▶会場 保健相談センター
- ▶対象 市内在住の方
- ▶定員 100人(事前申込制。定員になり次第締め切り)
- ▶講師 海老名総合病院歯科口腔外科・石井良昌氏
- ▶費用 無料
- ▶持ち物 室内履き
- ▶申し込み 直接または電話で保健相談センターまたは海老名総合病院(☎233・1311)へ。

～つながっています あなたとわたし～ あなたも相談員になりませんか

☎ 社会福祉法人横浜いのちの電話
☎045(333)6163

横浜いのちの電話では、悩みのある人の話を聴く相談活動をしています。相談ボランティア育成研修を行います。

- ▶研修期間 平成25年4月〜26年3月
- ▶研修内容 講義・グループ体験学習・電話インターン研修

- ▶対象 23歳〜65歳(平成25年3月31日現在)
- ▶定員 40人
- ▶応募方法 90円切手を同封し、社会福祉法人横浜いのちの電話(〒240-8691日本郵便保土ヶ谷支社私書箱32号)へ「募集要項」を請求してください。ホームページからもダウンロードできます。
- [HP] <http://www.yind.jp/>
- ▶締め切り 平成25年2月10日(日)

生活習慣病予防講演会 「これからの健康のために」

- ▼日時 平成25年1月12日(土)10時〜11時30分(受け付けは9時45分から)
- ▼会場 上今泉コミセン
- ▼対象 市内在住の方
- ▼定員 先着50人
- ▼講師 海老名市医師会長・田中昭太郎氏
- ▼主催 健康なまちづくり実行委員会(上今泉地区)
- ▼申し込み 電話で健康づくり課へ。

食生活改善推進団体えびな会主催 「ヘルシークッキング」

- ▼日時 平成25年1月24日(木)9時30分〜12時30分(受け付けは9時から)
- ▼会場 保健相談センター2階栄養指導室
- ▼対象 市内在住、在勤の方
- ▼定員 30人(事前申込制)
- ▼内容 講話「コレステロールバランスと食事」
- ▼持ち物 エプロン・三角巾(バングナ可)・布巾・手ふきタオル・筆記用具
- ▼申し込み 電話で健康づくり課へ。

医療関係者は届け出を

法令に基づき、次の方はことし12月31日現在の状況の届け出が必ず要です。

- ▼対象 ①医師、歯科医師、薬剤師で医療関係職に従事している方
- ②医師、歯科医師、薬剤師で医療関係職に従事していない方
- ③歯科衛生士、歯科技工士で医療関係職に従事している方
- ④保健師、助産師、看護師、准看護師で医療関係職に従事している方
- ▼提出方法 ①③④は「就業地」、②は「住所地」を所管する県の各保健福祉事務所または市の保健所などに提出してください。届出の用紙は、届出先やホームページなどで配布。

「食品衛生責任者講習会」開催

平成24年度に本講習を受講していない方は、必ず受講してください。

- ▼日時 平成25年2月28日(木)14時〜16時
- ▼会場 厚木合同庁舎新館
- ▼定員 先着90人
- ▼費用 無料
- ▼持ち物 食品衛生責任者手帳、筆記用具
- ▼その他 営業許可書(証)に記載されている11桁の施行番号(または営業の許可番号)を控えてきてください。
- ▼申し込み 直接会場へ。詳細は、厚木保健福祉事務所食品衛生課(☎224・1111)へ。

- ※「就業地」「住所地」が、厚木市・海老名市・座間市・愛川町・清川村の場合の提出先は、厚木保健福祉事務所となります。
- ▼提出期限 平成25年1月15日(火)
- ▼問い合わせ 厚木保健福祉事務所企画調整課(☎224)1111