

がん検診の申込期限が近づいています

11月12日～16日にうみハピネスで実施するがん検診等の申込期限が近づいています。まだ受診されていない方は、がんの早期発見のために是非お申し込みください。

なお、詳細につきましては6月号うみ広報で配布いたしました「住民検診のご案内」に掲載しておりますのでご覧ください。

5月に宇美町が交付したがん検診(子宮頸がん・乳がん・大腸がん)無料クーポン券をお持ちの方は、この機会にぜひご利用ください。

●**検診日** 11月12日(木)～11月16日(月)の5日間

●**申込期限** 10月5日(月)※検診希望日が定員に達している場合は日程を調整させていただきます。

●**電話での予約も受け付けています。**

検診予約専用ダイヤル ☎933-0814

インターネット等で販売される母乳に関する注意

このほど、母乳がインターネット上で売買されている実態があるとの報道があり、厚生労働省より注意喚起がありました。

インターネット等で販売される母乳は、提供した母親がかかっている病気の状況や搾乳方法、保管方法等、衛生管理の状況がわかりません。

そのため、乳幼児に飲ませると、病原体や医薬品等の化学物質等が母乳中に存在していた場合、乳幼児の健康を害する恐れがあります。

母乳が出ないことに悩んでいる皆様へ(消費者庁より)

母乳が出ないことについて一人で悩まず、インターネットで母乳を購入する前に、お子さまへの授乳について、かかりつけ医や保健師にご相談ください。

うみハピネストレニングルームを初めて利用される方へ!!

土日及び月～金の17時15分以降に初回利用を申請される場合は、本人確認のできるもの(運転免許証、保険証、学生証等)の提示をお願いいたします。

提示がない場合は、利用料金を町外料金(500円)とさせていただきます(場合により、ご利用をお断りさせていただく場合もございます)。何卒、ご理解ご協力をお願いいたします。



イベントのお知らせ

11月8日(日)「KASUYAデンタルフェア」がうみハピネスで行われます。

粕屋歯科医師会、宇美町、宇美町教育委員会が共催し、フッ素塗布や正しいブラッシングのアドバイスのほか、よく噛んでおいしく食べるための楽しいコーナーを予定しています。

詳細は9月広報の折り込みチラシをご覧ください。

問い合わせ

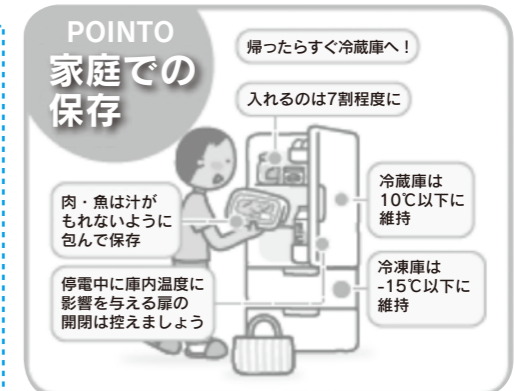
健康づくり課(うみハピネス内) ☎933-0777

食中毒にご用心～8月は食品衛生月間です。

食中毒にはいくつかの原因がありますが、ほとんどの場合は細菌やウイルスにより発症します。特に高温多湿の夏場は、腸炎ピブリオなど細菌による食中毒が多く発生する時期です。冷蔵庫は食中毒予防に有効ですが、管理が行き届かないと細菌が繁殖することがあります。

夏場に活躍する冷蔵庫の使用のポイントについてまとめました。

- 冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったら、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
- 冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意しましょう。めやすは、7割程度です。
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は、-15℃以下に維持することがめやすです。細菌の多くは、10℃では増殖がゆっくりとなり、-15℃では増殖が停止しています。しかし、細菌が死ぬわけではありません。早めに使いきるようにしましょう。
- 肉や魚などは、ビニール袋や容器に入れ、冷蔵庫の中の他の食品に肉汁などがかからないようにしましょう。
- 冷凍食品は冷蔵庫で解凍しましょう。



そして何より基本は手洗い!

外出先から帰宅後、調理の前、生の魚・肉・卵を触った後
食事の前は、石鹸で丁寧に手を洗いましょう。

～ 子どもの定期予防接種 ～

宇美町では次の定期予防接種を実施しています。感染症から子どもを守るために、予防接種は、とても効果の高い手段の一つです。子どもたちの健康を守るために予防接種を受けましょう。

予防接種の種類			回数	対象年齢
ヒブ			4回※	生後2か月～5歳に至るまでの間にある方 ※接種開始月齢に応じて接種回数が異なります。
小児用肺炎球菌			4回※	生後2か月～5歳に至るまでの間にある方 ※接種開始月齢に応じて接種回数が異なります。
ジフテリア(D) 百日せき(P) 破傷風(T) ポリオ(IPV)	四種混合(DPT-IPV)	1期	4回	生後3か月～7歳6か月に至るまでの間にある方
	二種混合(DT)	2期	1回	11歳以上13歳未満(13歳になる日の前日までの接種)
BCG(結核)			1回	生後1歳に至るまでの間にある方
MR (麻しん風しん)	1期	1回	1回	生後12か月～24か月に至るまでの間にある方
	2期(年長児)	1回	1回	5歳以上7歳未満のうち、就学前年度に接種
日本脳炎	1期	3回	3回	生後6か月～7歳6か月に至るまでの間にある方
	2期	1回	1回	9歳以上13歳未満(13歳になる日の前日までの接種)
水痘			2回	生後12か月～36か月に至るまでの間にある方

予防接種を受けるときは、母子健康手帳と年齢・住所が確認できるもの(健康保険証など)を持っていきましょう。