

歯 周病予防教室に 参加しませんか

日1月31日(木)午後1時30分～3時
 所安岡公民館 内講話
 「健診で予防できる歯周病」、歯磨き実習、歯肉出血テスト
 30人(先着順) 歯菌ブラシ、コップ
 申問健康づくり課
 (☎231-14008)

負担額のうち、限度額1万円(上位所得者は2万円)を超えた額 ①治療受給者証交付申請書 ②医師の診断書 ③健康保険証の写し ④世帯全員の住民票の写し ⑤世帯全員の市県民税課税証明書の写し ⑥現在利用している治療受給者証の写し(更新、延長の場合) ※①②の様式は、保健予防課、下関保健所豊浦支所に用意 申平日(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に保健予防課へ。

麻しん(はしか)・風しんの予防接種
 平成18年6月から、麻しんはしか・風しんの予防接種は2回接種となっています。

④平成24年度 ▽
 生後12カ月以上24カ月未満の方 ▽5歳以上7歳未満で小学校就学の1年前にある方(平成18年4月2日～19



年4月1日に生まれた方) ▽中学1年生相当年齢(平成11年4月2日～12年4月1日に生まれた方) ▽高校3年生相当年齢(平成6年4月2日～7年4月1日に生まれた方) ③3月31日(日)まで 市内の予防接種実施医療機関 ※要予約。母子健康手帳を持っている方は持参を

保健予防課(☎231-1530)

骨髄バンクドナー登録
 ④18歳～54歳の健康な方(骨髄提供は20歳から) ⑤毎月第1月曜日 午前9時15分～11時 ⑥下関保健所2階 申電話予約を。 保健予防課(☎231-1407)

不妊専門相談
 市内在住の方 ⑦1月31日(木)午後2時～4時 ⑧下関保健所2階 ⑨専門の医師が対応 ⑩4人(先着順) ⑪1月4日～30日に、直接か電話で保健予防課へ。

保健予防課(☎231-1407)

育児学級へどうぞ
 ●スタート編
 ⑫生後4カ月～6カ月の赤ちゃんとその保護者 ⑬⑭2月7日(木) ⑮長府東公民館 ▽2月26日(火) ⑯勝山公民館 午前10時～正午
 ●ステップ編
 ⑰生後7カ月～9カ月の赤ちゃん

とその保護者 ⑱2月13日(水)午前10時～正午 ⑲彦島公民館
 ⑳20組 ㉑100円 ㉒各実施日の1カ月前～3日前までに電話で健康づくり課へ。
 保健づくり課(☎231-1447)

認知症相談会
 認知症地域相談員が、介護する人の立場で、現在認知症の方を介護している方の不安や思いを聞きます。

⑳1月18日(金)午後1時30分～3時 ㉑下関保健所 ㉒3人(先着順) ㉓申問健康づくり課(☎231-1935)

母親学級へどうぞ
 妊娠中をより健康に過ごし、健やかに赤ちゃんを生み育てるために妊娠・出産・育児について楽しく学びます。

㉔①1月16日(水) ㉕妊婦の食事・

妊娠中の過ごし方▽1月23日(水) ㉖出産のはなし・歯のはなし▽1月30日(水) ㉗産後の生活、赤ちゃんの育て方 午後1時30分～3時30分(3回1コース) ㉘勤労福祉会館 ㉙助産師、保健師、栄養士、歯科衛生士 ㉚母子健康手帳
 保健づくり課(☎231-1447)

心の健康相談
 ①心の健康について悩みのある方、その家族 ②①1月23日(水)午後1時～3時 ③下関保健所豊浦支所豊田分室 ④1月25日(金)午後1時～3時 ⑤下関保健所2階 ⑥①下関保健所豊浦支所(☎775-3000)、⑦保健予防課(☎231-1419)

両親学級へどうぞ
 ㉚妊婦(妊娠6カ月以降)とその夫 ㉛①1月26日(土)午後1時30分～3時 ㉜申問生活衛生課(☎231-1936)

毎年、冬を中心にノロウイルスによる食中毒が多発しています。ノロウイルスは食品から人、人から人へ感染が広がり、集団食中毒につながる恐れもあります。

▽感染予防の基本は「手洗い」です。調理前、食事前、用便後など石けんですっきり手を洗いましょう
 ▽ノロウイルスは、カキなどの二枚貝の内臓に蓄積されます。二枚貝は、中心まで十分に火を通しましょう



育児・健康相談(1月)

①下表の通り ②相談担当者=保健師など
 ※育児相談は母子健康手帳を持参
 ③健康づくり課(☎231-1447)

場 所	日 曜	10:00 ～ 12:00	13:00 ～ 15:00
菊川保健センター	7月	健	
玄洋公民館	8火	健	
豊田子育て支援センター	8火	育	
西部公民館	9水	育	
菊川こどもセンター	10木	育	
長府公民館	11金	育	
六連島漁村センター	11金	健	
豊北保健福祉センター	11金	育	健
安岡公民館	15火	育	
下関保健所	17木	育※1	
王喜公民館	18金	育・健	
彦島保健センター	18金	育	
豊田保健福祉センター	22火		健
王司公民館	23水	育・健	
馬場町民館(住吉神社そば)	25金	育	
山陽保健センター	25金	育	健
川棚公民館	25金	育	健※2
北部公民館	31木	育	健・骨※2

ノロウイルスによる食中毒に注意!
 毎年、冬を中心にノロウイルスによる食中毒が多発しています。ノロウイルスは食品から人、人から人へ感染が広がり、集団食中毒につながる恐れもあります。

▽感染予防の基本は「手洗い」です。調理前、食事前、用便後など石けんですっきり手を洗いましょう
 ▽ノロウイルスは、カキなどの二枚貝の内臓に蓄積されます。二枚貝は、中心まで十分に火を通しましょう

④生活衛生課(☎231-1936)

④対象 ⑤日時 ⑥期間 ⑦場所 ⑧内容 ⑨講師 ⑩定員
 ⑪参加費など ⑫持参する物 ⑬申込方法 ⑭共通事項 ⑮問合先

