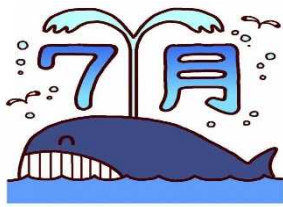


平成29年



町の保健だより

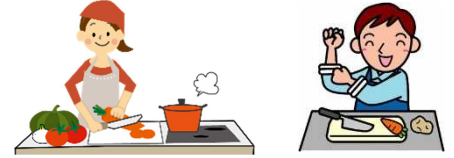


健康保険課 健康長寿班

連絡先（内線 131,132,133,136）

☆野菜たっぷり♪調理教室のお知らせ

- 日 時：7月25日（火） 午前9時30分～午後1時
- 場 所：鶴遊館 調理室
- 持ってくるもの：エプロン、三角巾、手ふきタオル
- 参加費：200円（当日徴収します）



※参加希望の方は7月20日（木）まで 健康保険課 健康長寿班 までお申し込みください。

☆「傾聴サロン」でほっこり、すっきりしませんか

悩みがあるとき、気持ちが沈んでいるとき、誰かに話を聞いてもらいたいときなどありませんか？
鶴田町傾聴ボランティア養成講座修了生による「つるりんの会」が、あなたのお話をじっくりと聴きます。
お話しした内容の秘密は厳守します。安心しておいでください。

- 日 時：7月3日（月） 午後1時～3時
- 場 所：鶴遊館 会議室 ※この日のみ会議室になります。



☆からだ すっきり! さっぱり! 健康運動教室のお知らせ

- 開催日：7月6日（木）、13日（木）、25日（火）、27日（木）、31日（月）
- 場 所：鶴遊館（申込み不要） *運動できる服装でおいでください。
- 時 間：午前10時～11時 お茶、お水、タオルなどをお持ちください。



☆集団婦人健診が始まります（7/2～7/4、7/19～7/22の計7日間）

7月2日（日）から子宮頸がん・卵巣がん検診および乳がん検診が始まります。
今年度対象で、まだ申し込んでいない方、申し込みを忘れていた方は、今からでも間に合います。
また、申込書に「受けない」と記入して提出された方も変更可能です。ぜひご連絡ください。

☆知っていますか？乳児ボツリヌス症のこと



～ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから～



東京都内において、ハチミツの摂取が原因と推定される乳児ボツリヌス症による死亡事例がありました。
乳児ボツリヌス症は1歳未満の赤ちゃんに特有の疾患です。赤ちゃんは腸内環境が整っていないため、口から摂取されたボツリヌス菌が腸内で増えて毒素を出すことにより発症します。便秘、哺乳力の低下、元気の消失、泣き声の変化、首のすわりが悪くなるといった症状を引き起こすことがあります。

ほとんどの場合、適切な治療により治癒しますが、まれに亡くなることがあります。

■乳児ボツリヌス症予防のために～赤ちゃんのお母さん・お父さんやお世話をする方へ～

1. 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
2. ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
3. ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。