

健康ガイド

健康に関する情報は、市ホームページ
アドレス <http://www.city.toki.lg.jp>
でもご覧になれます。

事業名	対象者	期日	時間	場所	備考
乳幼児健康相談	乳幼児の保護者	7月27日(金)	午前10時～11時30分	保健センター	みそ汁の塩分測定を希望の方は、当日朝の、みそ汁を50ml程お持ちください。
栄養相談 みそ汁の塩分測定	市民	7月30日(月)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時		
もぐもぐ(離乳食)教室	4ヶ月健診を受けられたお子さんの保護者	7月26日(木)	午後1時～3時30分		定員：20人 先着10人まで託児可能。 開催日の2日前までにお申し込みください。
健康相談	市民	7月23日(月)	午後1時15分～2時	保健センター	血圧測定 尿検査など
成人歯科健診 歯科相談			午後1時15分～2時30分		歯みがき指導も行います。
親子のふれあい料理教室	小学以上の お子さんと 保護者	土岐津町 駄知町 泉町 下石町 妻木町 肥田町	8月7日(火) 8月9日(木) 8月23日(木) 8月17日(金) 8月20日(月)	午前10時～午後1時	定員：各15組 持ち物：エプロン・三角巾 筆記用具 開催日の1週間前までにお申し込みください。
赤ちゃんとのふれあい 体験学習	市内在住または市内の 学校に通学している中 学生・高校生	7月30日(月) 8月27日(月)	午前10時～11時30分 午後1時30分～3時 午前10時～11時30分 午後1時30分～3時	保健センター	定員：各20人 持ち物：参加者本人の母子健 康手帳・筆記用具 内容：赤ちゃんの成長につ いての話と赤ちゃん とのふれあい体験 開催日の3日前までにお申 し込みください。
こころの健康相談	不眠・ふさぎ込む・怒 りっぽい・認知症など でお悩みの方	7月24日(火)	午後1時～2時30分	東濃保健所	要予約 東濃保健所(☎231111・内 線362)または保健センター
休日歯科診療	市民	7月16日(月・祝)	午前9時～午後3時	まつもとフミー歯科 肥田浅野朝日町 2-22 ☎550246	受診される際は、医療機関 へお問い合わせの上、お出 掛けください。
麻しん・風しん混合 予防接種 (医療機関での 個別接種)	平成18年7月以前に生 まれた2歳未満のお子 さん		1. 麻しんまたは風しんのいずれにもかかったことがなく、いずれの予防接種も受けたこ とがないお子さんは、7月17日(火)までに保健センターへお申し込みください。 接種は、8月からですが、7月25日(水)以降に申し込みされた医療機関で、接種日時 を予約してください。 2. 麻しんまたは風しんのいずれか一方にかかったことがある場合や、いずれか一方の予 防接種を受けたことがある場合は、単独ワクチンの接種となりますので、保健センターへ お問い合わせください。		

80歳以上で自分の歯が20本以上ある方を募集します

80歳以上で自分の歯が20本以上ある方を表彰します。該当する方は、7月20日(金)までに保健センターへご連絡ください。なお、今までに表彰された方は、対象となりません。

※かぶせてあったり、治療してあっても、自分の歯であれば対象となります。

オーラル 食中毒・腸管出血性大腸菌O-157にご注意ください

食中毒予防の3原則

細菌をつけない(清潔) 手洗い、調理器具類の洗浄消毒を徹底しましょう。

細菌を増やさない(迅速・冷却) ... 調理した食品は、できるだけ早く食べましょう。

細菌を殺してしまう(加熱) 食品の加熱は、中心まで十分に行いましょう。

詳しくは、東濃保健所(☎231111 生活衛生課・内線357、健康増進課・内線361)へどうぞ。