



地区健康相談（無料）

職場で健診を受ける機会のない方を対象に下記のとおり実施します。お近くの会場でぜひ受診しましょう。内容は、健康相談、栄養相談、血圧測定、尿検査、血液検査（40歳以上の方）、胸部X線撮影（40歳以上の方）、心電図（40歳以上の方で医師が必要と認めた場合。検査料1,200円が必要）です。

地区	実施日	受付時間	実施会場
西岡・福住	7月26日(火)	午前9時～11時	西岡福住地区センター（西岡4条9丁目）
	7月27日(水)		
	7月28日(木)		
東月寒	7月26日(火)	午後1時30分～3時	東月寒会館（月寒東2条19丁目）
中の島	7月27日(水)		中の島第三区会館（中の島2条10丁目）
美園	7月28日(木)		美園会館（美園6条5丁目）
豊平	8月5日(金)	午前9時～11時	旭水会館（水車町6丁目）
平岸	8月5日(金)	午後1時30分～3時	新木の花団地集会所（平岸1条4丁目）

※地区健康相談を受診される方で次のいずれかの条件に当てはまる方は、希望により肝炎ウイルス検査（B型・C型）を受けることができます。

- ①節目健診……40、45、50、55、60、65、70歳の方（健診当日の満年齢とします）。
- ②「過去に肝機能異常を指摘されたことのある方」および「広範な外科的処置を受けたことのある方または妊娠・分娩で多量の出血をしたことのある方で、定期的に肝機能検査を受けていない方」。

※検査費用は、B型・C型両方の場合400円、C型のみの場合350円、B型のみの場合100円になります。

（詳細）保健センター地域保健課健康推進係 内線527

ひと口健康メモ 第3回～食中毒予防の3原則～

細菌性食中毒は、夏場にかけて多く発生します。家庭内食中毒を予防するためには、食中毒予防の3原則を守ることが大切です。

原則1 「清潔く菌をつけない！」 調理の前には、せっけんで必ず手を洗いましょう。調理器具は、熱湯や市販の家庭用塩素系漂白剤で消毒しましょう。

原則2 「迅速・冷却く菌を増やさない！」 一般に食中毒菌は室温状態の時に増殖します。食品は適切な温度で保管しましょう。また、調理済みの料理は速やかに食べましょう。

原則3 「加熱く菌を殺す！」 食品はしっかり加熱して、中心部まで火を通しましょう。

以上の3原則を取り入れ、食中毒から体を守りましょう。



広告欄

