

中央保健センター TEL0897-52-1215 神拝甲324-2 総合福祉センター内
 東予保健センター TEL0898-64-5333 周布606-1 東予総合福祉センター内
 丹原保健センター TEL0898-68-7300 丹原町池田1762-1 丹原総合支所北隣
 小松保健センター TEL0898-72-6363 小松町新屋敷乙48-1 小松地域福祉センター内

高地ウォーキング体験教室 参加者募集

■対象 30歳以上の西条市民で、高地での運動が可能な方

※心疾患、脳血管疾患、肝疾患、腎疾患で治療中の方は参加できません。

	日 程		ウォーキング場所
①	9月6日(土)	8時~17時	瓶が森林道
②	9月14日(日)	8時~17時	瓶が森林道
③	9月26日(金)	8時~16時	成就社周辺
④	10月26日(日)	8時~17時	瓶が森林道
⑤	11月1日(土)	8時~17時	瓶が森林道

■定員 各教室 40人(先着順)

■申込開始日 8月6日(水)~

■申込先 中央保健センター

※①~⑤教室のいずれか、ご都合の良い教室にお申し込みください。

※高地への送迎は、マイクロバスで行います。自己負担金が必要です。(マイクロバス代、ロープウェイ代で1,500円~2,500円)

※雨天の場合は中止となります。

※各総合支所からバスに乗車できます。



8月は『食品衛生月間』です!

食中毒事故が多発しやすい高温・多湿のシーズンがやってきました。食中毒を防ぐため、家庭でも次の点に注意しましょう。

- 食品は新鮮なものを購入しましょう。
- 冷蔵庫や冷凍庫は、詰め込みすぎに注意しましょう。
※目安は7割程度。
- 調理時は、十分に加熱しましょう。
※目安は中心部が85℃で1分間以上加熱。
- 調理後の食品は、室内に長く放置しないようにしましょう。
- 食中毒防止の基本は手洗いです。効果的に洗いましょう。

■問合せ

西条保健所 生活衛生課 TEL0897-56-1300
 西条新居浜地区食品衛生協会

こころの相談 (要予約)

- 日時 8月25日(月) 13時30分~15時30分
- 場所 中央保健センター
- 内容 生活上の問題、治療、社会復帰などに関する心の健康相談
- 担当 医師および保健師
- 申込先 中央保健センター

赤ちゃんを先天性風しん症候群から守るために

愛媛県では風しん抗体検査を実施します (無料検査)

風しんの抗体検査を受け、免疫があるかどうか確認しましょう。十分な免疫のない場合は、医師と相談して風しんの予防接種を受けましょう。

■期間

~平成27年3月31日(火)まで

■対象

- ・妊娠を希望する女性
 - ・妊娠を希望する女性または風しん抗体価の低い妊婦の配偶者などの同居者
- ※ただし、次のいずれかに該当する人は除く
- 風しんの抗体検査を受けたことがある人
 - 風しんの予防接種を受けたことがある人
 - 風しんにかかったことがある人

※抗体検査や予防接種を受けたことが不明の方、風しんにかかったことが確実でない方は、検査を受けることができますので、保健所に相談してください。

■申込先・問合せ

西条保健所 TEL0897-56-1300