

8月は食品衛生月間です。食中毒を予防しましょう!

～食中毒予防の3原則～

つけない

ふやさない

やっつける

夏に流行る主な食中毒	主な原因食品
カンピロバクター	鶏肉
サルモネラ菌	鶏肉、鶏卵
腸管出血性大腸菌（O157など）	牛肉

対策

▶ **調理前には必ず手洗い**

特に食肉を取り扱った後は十分に手を洗いましょう

生の食肉を扱った包丁やまな板などの調理器具は、よく洗浄・殺菌を行いましょう

▶ **生鮮食品はすぐに冷蔵庫へ**

▶ **食材は中心までよく加熱する**

生や加熱の不十分なお肉は食べないようにしましょう

生活習慣病予防のための料理教室 『元気アップ栄養教室』を開催します!

テーマは“脂質異常症”の予防です。

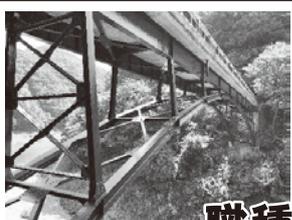
脂質異常の状態を放置してしまうと動脈硬化が進行し、脳卒中や心臓病を発症しやすくなります。脂質異常の状態は自覚症状がないため、普段の食生活の見直しが大切です。

食事のポイントとおすすめレシピを紹介しますので、ぜひご参加ください。



- ▶ **対象者** = 町民で18歳以上の方
- ▶ **日時** = 9月9日(火) 午前10時～正午
- ▶ **場所** = 上三川いきいきプラザ
- ▶ **内容** = 脂質異常症についてのミニ講話、調理実習* ※作った料理は持ち帰りになります
- ▶ **参加費** = 500円
- ▶ **申込み** = 9月2日(火)までに成人健康係へご連絡ください。
- ▶ **共催** = 上三川町食生活改善推進協議会

▶ 問い合わせ先 = 健康福祉課 成人健康係 ☎0285(56)9133



職種



株式会社

東昭こすも

河内郡上三川町多功1928-1

人材募集

取引先は大手企業多数!
「高収入」「将来の安定」そして
「一生モノのスキル」を手に入れてください。

- ① 総合現場管理者
- ② 鉄塔塗装工
- ③ 建築塗装工
- ④ プラスト工

昇給年1回、社会保険完備、寮完備、車通勤可
まずはお気軽にご連絡ください!

東昭こすも

検索



とうしょうくん®

戸建もお見積り無料!

ファミリー・サポート・センター 提供会員・依頼会員を募集しています

◎ ファミリー・サポート・センターとは

子育ての援助を受けたい人と、行いたい人が会員になり、地域で子育てを支えあう有償のボランティア活動です。

- ☆ 幼稚園・保育園・習い事への送り迎え
- ☆ 学童保育から習い事への送り迎え
- ☆ 上の子の参観日や遠足・運動会の時に、下の子をお預かり
- ☆ 少しの時間だけど預かってほしい時…など

◎ 会員の条件について

【提供会員】 町内に居住している20歳以上の方で、心身ともに健康な方。

※申込み後に指定する講習の受講が必要です。

【依頼会員】 町内に居住または、勤務している方で、生後6か月から小学6年生以下のお子さんの保護者。

◎ 報酬について（ファミリー・サポート・センターの利用料金）

保育	月曜日から金曜日の午前7時から午後7時まで	1時間あたり700円
	土・日・祝日及び年末年始並びに上記以外の時間帯	1時間あたり800円
送迎	交通費（自家用車利用時）	1回あたり200円
	公共交通機関、タクシーを使用した場合	実費
食事	食事（ミルクを含む）の提供をした場合	実費

※興味がある方のお問い合わせ、お待ちしております。

▶問い合わせ先=子ども家庭課 相談支援係 ☎0285(56)9137（ファミリー・サポート・センター事務局）

お盆期間中の医療機関の利用について

お盆期間中は多くの医療機関が休診となります。あらかじめかかりつけ医の休診日を確認したり、体調がすぐれない場合は早めに受診したりするなど事前の準備を心がけましょう。

急病等の場合は、夜間休日急患診療所（詳細は31ページ）または下記の在宅当番医で受診してください。

お盆期間中の在宅当番医（小山地区医師会管内）※受診前に病院へ電話をしてください。

日にち・診療時間	医療機関（住所）	電話番号
8月13日(水)午後5時～8月14日(木)午前9時	石橋総合病院 下野市下古山1-15-4 光南病院 小山市乙女795	☎0285(53)1134 ☎0285(45)7711
8月14日(木)午後5時～8月15日(金)午前9時	小金井中央病院 下野市小金井2-4-3	☎0285(44)7000
8月15日(金)午後5時～8月16日(土)午前9時	小山整形外科内科 小山市雨ヶ谷753 野木病院 野木町友沼5320-2	☎0285(31)1331 ☎0280(57)1011
8月16日(土)午後5時～8月17日(日)午後5時	石橋総合病院 下野市下古山1-15-4 光南病院 小山市乙女795	☎0285(53)1134 ☎0285(45)7711

▶問い合わせ先=健康福祉課 成人健康係 ☎0285(56)9133