

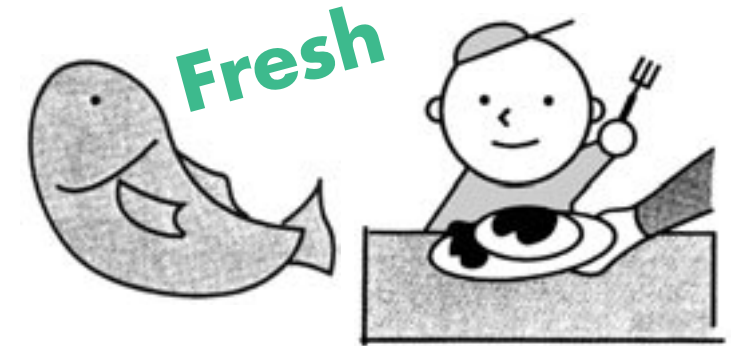
# 7 健康の行事予定

日	曜	行事名	場所	時間
1	木	母子相談	緑いきセンター	13:30~
5	月	成人健康相談	老人福祉センター	9:00~
6	火	老人クラブ健康相談	中筋地区農村集落多目的共同利用施設	13:30~
7	水	いきいき教室	緑いきセンター	13:30~
〃	〃	ツベルクリン反応検査	緑いきセンター	13:30~
8	木	母親教室	緑いきセンター	13:30~
9	金	ツベルクリン反応検査判定&BCG接種	緑いきセンター	13:30~
12	月	成人健康相談	しづおり館	9:00~
13	火	老人クラブ健康相談	神道集会所	13:30~
14	水	むし歯予防教室	倭文保育園 広田保育園	9:30~ 10:30~
〃	〃	老人クラブ健康相談	農村婦人の家	9:30~
〃	〃	リハビリ教室	緑いきセンター	13:30~
15	木	老人クラブ健康相談	市場公会堂	9:30~
〃	〃	安住寺夏期健康教室	安住寺集落センター	13:30~
16	金	中筋夏期健康教室	中筋地区農村集落多目的共同利用施設	13:30~
20	火	糖尿病相談	緑いきセンター	9:00~
21	水	いきいき教室	緑いきセンター	13:30~
〃	〃	老人クラブ健康相談	安住寺集落センター	13:30~
22	木	老人クラブ健康相談	土井集落センター	9:30~
〃	〃	幼児相談	緑いきセンター	13:30~
23	金	10カ月児健診	緑いきセンター	13:30~
27	火	町ぐるみ健診	緑いきセンター	8:00~
28	水	町ぐるみ健診	緑いきセンター	8:00~
〃	〃	リハビリ教室	緑町民センター	13:30~
29	木	町ぐるみ健診	緑いきセンター	8:00~
30	金	町ぐるみ健診	緑いきセンター	8:00~

### 三原郡休日診療所当直医

診療日	昼間(9:00~)	夜間(19:00~)
7月4日	真野 博文医師	斉藤 雅文医師
7月11日	村野 謙一医師	柴田 亮平医師
7月18日	赤池賢次郎医師	高田 育明医師
7月19日	浦瀬 巖医師	穀内 純江医師
7月25日	大鐘 稔彦医師	田中 一宏医師

(南淡町賀集) ☎53-1536



## 「家庭での食中毒を予防しよう」

食中毒というと、飲食店や給食施設などの食事が原因と思われがちですが、実は家庭の食事で発生しています。家庭での食中毒は、発生者数が少ない、症状が軽いものも多いことから、その発見が遅れることも少なくありません。特に、高齢者や幼い子供は抵抗力が弱く、重症になる例がありますので注意が必要です。

### 食中毒予防三原則

食中毒予防の基本は三つです。食中毒菌を

- ① 付けない (清潔にする)
- ② 増やさない (すぐに食べる・温度管理をする)
- ③ 殺菌する (加熱・消毒する)

この三原則を守ることが大切です。

### 家庭での食中毒対策

① 手や調理器具は常に清潔に

- ・手をよく洗う。
- ・調理器具(包丁、まな板、ふきん、食器、スポンジなど)は、洗剤、流水でよく洗い、煮沸や塩素などで時々消毒する。
- ② 十分に加熱を
  - ・食品を加熱するときは、中心部が七五度になつてから一分以上加熱する。
  - ・調理途中で放置しない。
  - ③ 生鮮食品に注意
    - ・生鮮食品(肉・魚・野菜など)は新鮮なものを購入する。
    - ・賞味期限表示を確認する。
    - ・温度管理が必要な食品(生もの、冷凍食品など)は最後に購入する。
  - ④ 冷蔵庫の過信は禁物
    - ・すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入

⑤ 調理後は速やかに食べる

- ・調理前、調理後に長く放置しない。
- ・残った食品を温め直すときは十分に加熱する。
- ・時間のたちすぎた食品は捨てる。

食中毒を防ぐには毎日の衛生習慣が大切です。安心して毎日を過ごせるように日ごろから予防を心がけましょう。

## みどり公民館だより

### パソコン講座の受講生募集

(ワード中級コース)

- ◎対象者 緑町在住または在勤の方
- ◎募集人員 十八名
- ◎開催日時 八月一日・八日・二十二日(全三回)
- ◎午前10時~正午
- ◎受講料 二千円
- ◎場所 町民センター・第三会議室
- ◎申込期限 七月二十日(火)
- ◎申し込み 町民センター ☎四五〇三九五

### 茶道入門講座 受講生募集

◎対象者 緑町在住または在勤の方

- ◎募集人員 十五名
- ◎開催日時 八月、九月、十月(各月の第二・第四木曜日)
- ◎午後七時三十分~九時
- ◎受講料 二千円
- ◎場所 町民センター・和室
- ◎申込期限 七月二十日(火)
- ◎申し込み 町民センター ☎四五〇三九五

▲西東社発行 「入門お茶の作法」より

### 図書室から 新着図書案内

● 昔のくらしの道具事典  
小林 克監修 岩崎書店  
羽釜や洗濯板など、次第に電気製品に変わったものを中心に少し昔の生活道具を紹介。アッシュペイビー

● 金原ひとみ著 集英社  
なぜこんなに寂しいんだろう。アヤがひたすら求めるのは「愛しい死」...

● 雨の日のイルカたちは  
片山 恭一著 文芸春秋

突然死した最愛の夫には別に愛する人がいた。深い喪失感を抱えて生きる人たちを描く四編の物語。

その他の新刊

- 死の壁 養老 孟司著
- 家族でおでかけ一泊二日 関西・中部昭文社
- 発掘! あるあるの大事典6 関西テレビ放送
- 初耳だらけのオリンピック観戦講座 稲垣 正浩著
- 臨場 横山 秀夫著
- さくら伝説 なかにし礼著

※その他六月の新刊として二百七十八冊をそろえています。

### 7月の予定

公民館講座	7月	21日	27日
◎公民館講座	実用習字講座	7.21日	13.27日
	コーラス教室	7.21日	2日
	大正琴講座	13.27日	14.28日
	ヨガ教室	13.27日	12.26日
	トールペイント講座	14日	13.27日
	エアロビクス教室	18.25日	9.23日
	フラワーデザイン講座	13日	21日
	ふるさとウォッチング	18日	23日
	パソコン講習	3.10.17.24日	10.24日
◎サークル団体	生花同好会	9.16.23日	12.21日
			3.17日
			2.31日
◎サークル団体	茶道同好会		
	緑書道同好会		
	茜会(詩吟)		
	五尺踊り保存会		
	パッチワーク同好会		
	カラオケ同好会		
	フラワーアレンジメント		
	絵画同好会		
	将棋同好会		
	俳句(広田俳句)		
	緑町ダンス同好会		
	寿会民舞		



### 7月のすこやかケロンパ

ひろばあそび  
日時 毎週月・火・水・金曜日  
午前8時30分~正午  
お休み 27.28.30日(町ぐるみ健診のため)

② たなばた会  
日時 7月7日(水)午前11時~正午  
場所 緑いきセンター  
※つた・手あそび・紙芝居・ゲームなど。参加費100円(プレゼント代)が必要です。

③ プールあそびがはじまるヨ!  
日時 7月26日(月)午前8時30分~  
場所 緑いきセンター前  
※天候により変更することがあります。(ひろばあそびもあり)子供も健康チェックを忘れず!

① たなばたグッズ作り  
日時 7月5日(月)午前10時30分~  
場所 緑いきセンター  
持ちもの はさみ、のり、ハンガー1本、参加費50円

①②については、申し込みが必要です。

☎45-0395 (内300) 林まで

