

## 熱中症にご注意ください



### ◎熱中症とは

高温多湿な環境に長くいることで、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体内に熱がこもり、吐き気や倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。

### ◎熱中症の予防法

「こまめな水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。

### ◎熱中症になった時の処置方法

日陰など涼しい場所へ避難して、身体を冷やし、水分・塩分を補給してください。

### ◎お願いしたいこと

一人ひとりが周囲の人に気を配り、熱中症予防を呼びかけ合しましょう。

※特に高齢の方は注意が必要です。

※室内でも気をつけましょう。

### 【問い合わせ先】

保健福祉課健康推進係

(シルバープラザ内)

☎0137-64-2111

## 食中毒を防ぎましょう



これからの季節は、細菌による食中毒が多い季節です。食中毒について正しい知識を持ち、家庭での食中毒を防ぎましょう。

### ◎食中毒予防の三大原則

- ① つけない！  
手、調理器具をよく洗う。  
調理器具、ふきんをこまめに消毒する。
- ② ふやさない！  
要冷蔵品や冷凍食品を買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫、冷凍庫に入れる。  
調理品は速やかに食べ切り、残さない。
- ③ やっつける！  
食品は十分に火を通す。  
温めなおすときもしっかり加熱する。

### 【問い合わせ先】

保健福祉課健康推進係

(シルバープラザ内)

☎0137-64-2111

## 子宮頸がん予防ワクチン予防接種の積極的勧奨の見合わせについて

左記の対象者に行う子宮頸がん予防ワクチン接種については、厚生労働省から、ワクチンとの因果関係を否定できない痛みが続く事例があることが報告され、一時的に接種を見合わせるとの通知があり、町においても積極的にはお勧めしていません。

ただし、今年度に新規対象となる中学1年生を除き、接種申し込みのご案内を見合わせますが、接種を希望する場合は引き続き定期接種として無料で接種を受けることができますので、問い合わせ先までご連絡ください。

### 【対象年齢】

中学1年生(13歳)～高校1年生相当(16歳)の女子

### 【問い合わせ期限】

7月22日(月)

### 【問い合わせ先】

保健福祉課健康推進係

(シルバープラザ内)

☎0137-64-2111

熊石総合支所住民サービス課

☎01398-2-3111

## 障がいのある方の就労などについての巡回相談を実施します

道南しようがい者就業・生活支援センター「すてつぷ」では、障がいをお持ちの方が職業生活における自立を図るために必要なサポートを行っています。

※仕事のあっせんはしていません。

### 【日時】7月30日(火)

午後1時30分～3時30分

### 【場所】

シルバープラザ第1会議室

### 【対象者】

- 障がいをお持ちの方(手帳をお持ちでない方を含む)
- 障がいをお持ちの方を雇用している、または、雇用予定のある企業
- 就労支援事業所、学校関係者など

### 【申込期限】7月29日(月)

午後5時15分

※一回当たりの面談時間は1時間程度を要するため、2名までとなります(予約制)。

### 【申し込み・問い合わせ先】

保健福祉課障がい者福祉係

(シルバープラザ内)

☎0137-64-2111

☎0137-64-2111

広告

故人への想いを伝えるお手伝い

## あおいセレモニー 24時間・365日対応

- ・家族葬(50名様までの密葬用ホールあります)
- ・寺院・町内の会館を利用し、ご希望にあわせて様々な宗教形式、無宗教形式の葬儀に対応
- ・専門スタッフに全てお任せください

〒049-3102

北海道二海郡八雲町東町247-1

電話 0137-64-2855・FAX 0137-66-5015

