

## 食中毒を予防しましょう!!

夏季になると腸管出血性大腸菌O-157の患者数が急増します。腸管出血性大腸菌O-157の特徴について知っておくことで、食中毒を事前に予防しましょう。

### 感染経路

O-157に感染した患者の便からの感染、菌に汚染された飲食物からの感染

### 症状

感染後3～5日の潜伏期の後、腹痛や水様性下痢が主な症状で、激しい腹痛と大量の出血を伴う下痢となることもあります。まれに、腎臓の急激な機能低下、血小板の異常な減少、貧血があり、死亡例の報告もあります。

### 予防方法

- ①調理前、トイレの後は、石けんでよく手を洗う。
  - ②肉や野菜は、十分な加熱処理をする。  
(肉は必ず中まで火を通す。)
  - ③生肉(ユッケ、生レバー等)を食べない。
  - ⑤生水は、一度沸騰させてから飲む。
  - ⑥子どもが触るおもちゃや、遊び場の床などは清潔にする。  
(消毒用アルコールや塩素系漂白剤が有効です。)
- ※上記のような予防方法は、他の食中毒予防にも効果的です。

## 集団乳がん検診 (マンモグラフィ検査と視触診併用検診) のお知らせ

日時：11月15日(木)・16日(金)・19日(月)の午後  
場所：健康福祉会館

対象：昭和43年4月1日以前生まれの女性市民  
※平成18年度「集団乳がん検診」を受診された方、しこり等自覚症状のある方、妊娠中または妊娠の可能性のある方、授乳中の方、ペースメーカー装着の方等は**対象外**となります。

受診間隔：2年に1回

料金：40歳代：3,000円 50歳以上：2,800円  
(年齢で撮影方法が異なるため料金が異なります。)

定員：各日60名

申込期間：平成19年9月10日(月)から9月28日(金)

申込み方法：申込み期間内にお電話もしくは窓口で。  
※ AM8：30から受付開始。定員になり次第申込みを終了します。

※代理申込みをされる方は、必ず全員の氏名・生年月日・住所・電話番号・対象条件を確認しておいてください。不明の場合には受付できませんのでご注意ください。

申込・問合せ先：国保健康課(市役所1階⑨番窓口)  
☎④8723

※検診についての詳細は健診特集号(4月広報と一緒に配布済)をご覧ください。

## 市立病院、分娩再開決定!!

加西病院産科病棟が、11月上旬リニューアルオープンします。

全室個室シャワー・トイレ付きとなります。今回は多科混合病棟ではなく、妊娠分娩の方だけの単独病棟として生まれ変わります。

常勤医師1人と応援医師1人のため、正常妊娠・分娩の方だけを対象とし、1ヶ月に10人程度の分娩件数でスタートします。皆様のご協力ご理解を賜りますようお願い申し上げます。 市立加西病院 産婦人科

## 腹臥位療法(うつ伏せ療法) 研修会 IN 加西病院

聖路加病院名誉院長の日野原重明先生も推奨されている腹臥位療法!

その腹臥位療法(うつ伏せ療法)を体験してみませんか?

うつ伏せ療法の効果とそのポイントを徹底説明します。

日時：11/8(木) 14:00～15:00

場所：加西病院 講義室(2階)

対象者：腹臥位療法に関心のある方ならどなたでもOK。

参加費：無料

服装：ズボン等、運動のできる服装でお越しください。

申込締切：10/15(月)

申込・問合せ先：市立加西病院看護部 ☎④2200

## 元気のびのび体操コース

対象：60歳以上の方

内容：生涯現役を目指し、筋力アップを中心とした運動を行います!

開催日時：11/5(月)～12/17(月)の毎週月曜日(7回コース) 13:30～15:00

申込受付期間：9/8(火)～10/12(金) 定員 20名(先着順)

参加費：一人1回150円

申込先：加西市健康増進センター ☎④3621

※健康増進センター利用証をお持ちでない方は、健診が必要になります。詳細はお問い合わせください。

