

防災情報の配信など、生活に役立つ「ふっさ情報メール」をご利用ください(登録方法はふっさわたしの便利帳、市ホームページ等をご覧ください)

### 防災食育センター施設見学会・竣工記念式典を開催します

平成 29 年 9 月 1 日(金)から稼動する防災食育センターの、施設見学会および竣工記念式典を開催します。

#### ①施設見学会

普段は見学することができない調理場内が見学できます。



【日時】 7 月 23 日(日)午前 10 時～午後 3 時(受付終了時刻)

#### ②竣工記念式典

関係者を招待し、記念式典を開催します。また、式典終了後には、施設的一般

開放を行い、災害時に調理する応急給食(おにぎり、汁物の試食も実施します。 ※試食はなくなり次第終了)

【日時】 8 月 27 日(日)午前 10 時～ ※一般開放は式典終了後から午後 3 時まで

【場所】 福生市大字熊川 1606 番地 1 (拜島駅北口より徒歩約 15 分)

※駐車場はありませんのでご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

【申込み】 ①②とも申込み不要です。直接、現地へお越しください。

【問合せ】 学校給食課給食管理係 ☎ 551・1344、教育総務課学校施設係 ☎ 551・1937

#### 助産師とはなぞ

地域の助産師による無料

の相談会です。お一人でもお子さん連れでも、どうぞお気軽にお越しください。時間内は出入り自由です。

「助産師からのちょこっ」と話は午前 11 時から開催します。7 月のテーマは「母乳育児を継続していくコツ!」です。

【日時】 7 月 28 日(金)午前 10 時～正午

【場所】 子ども応援館 1 階

【対象】 妊産婦、子育て中の保護者やその子ども(0 歳児から可)、祖父母等

【主催】 西多摩助産師会

【問合せ】 森田助産院 ☎ 551・0323

夏休み小学生見学会「葛西臨海水族園に行こう」参加者募集

市内在住の小学生を対象

【日時】 8 月 22 日(火)午前 8 時 30 分～午後 4 時 30 分(予定)

【場所】 中央図書館正面玄関前(集合・解散)

【対象】 市内在住の小学生

【定員】 先着 20 人 ※申込み多数の場合はご希望に添えないことがあります。

【持ち物】 昼食・飲み物等

【申込み】 7 月 23 日(日)午前 9 時から電話で生涯学習推進課文化財係 ☎ 530・1120 へ。

※電話受付後、手続きのため保護者の方に郷土資料室へご来室いただきます。あらかじめご了承ください。

#### 熱中症を防ぐために

熱中症の発生は 7、8 月がピーク



熱中症は、高温多湿な環境で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かなくなったりすることで起こります。

熱がたまり、筋肉痛や大量の発汗、さらには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が起こります。

室内にいるときや、急に暑くなった日は特に注意が

必要です。また、地面から近いベビーカーや子どもの身長では地面からの照り返しや輻射熱もあり、温度が高い環境下となりやすいため、注意が必要です。

【熱中症の予防】  
こまめな水分・塩分の補給

・扇風機やエアコンを使った温度調節で、室内環境を整える

・通気性の良い、吸湿・速乾の衣服の着用。保冷剤、冷たいタオルなどでの体の冷却。また、高齢者や子どもなどはこまめに体温測定

### 健康診査を受けましょう!

8 月より若年健康診査・後期高齢者健康診査・特定健康診査(年度中途加入者対象)・無保険者健康診査が始まります。

対象の方には 7 月下旬に受診券を個別送付します。

若年健康診査は申込みがあった方に随時受診券を送付します。早めの受診をお願いします。

▼若年健康診査  
【対象】 市内在住の 30 歳と 35 歳の方で健診を受ける機会がない方(平成 29 年 4 月 1 日現在の年齢)  
【定員】 先着 220 人  
【申込み】 受付中。電話で保健センター ☎ 552・0061 へお申し込みください。

▼後期高齢者健康診査  
【対象】 75 歳以上で後期高齢者医療制度に入入をしている方

▼特定健康診査(年度中途加入者対象)  
【対象】 40 歳以上で、平成 29 年 4 月 2 日～6 月 30 日までに国民健康保険加入の手続きをされた方(期間を過ぎてから手続きをされた方については、保健センターへ直接お申し出ください。)

※特定健康診査は 6 月から開始していますので、早めの受診をお願いします。特定健康診査の結果、生活習慣病のリスクがあると認められた方には、後日特定保健指導(無料)の利用案内を送付します。

▼無保険者健康診査  
【対象】 40 歳以上で健康保険に加入できない方  
※いずれも実施期間は 8 月 1 日(火)～10 月 31 日(火)となります。健診項目、実施医療機関等の詳細については個別送付の受診券等をご覧ください。

【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

### 成人・高齢者歯科健康診査

「成人・高齢者歯科健康診査」を行います。お口の衛生や歯周疾患の予防のために、ぜひ受診しましょう。

※口腔がん検診を含むものではありません。

【受診期間】 9 月 1 日(金)～30 日(土) ※医療機関によって土・日曜日が休診になる場合があります。

【場所】 市内の指定歯科医院

【対象】 市内の指定歯科医院

【対象】 (成人歯科) 40・50・60・70 歳の市内在住の方 (高齢者歯科) 65 歳以上の方 (70 歳を除く)

※年齢は平成 29 年 4 月 1 日現在

【定員】 (成人歯科) 約 140 人

【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

また、健診の結果、精密検査や治療が必要となった場合の費用は自己負担です。