

2 月 号 健 康 カ レ ン ダ ー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
	㊦出張包括相談 場所：厚沢部町国保病院 時間：10：00～11：30	●健康相談 （南館町・城丘）	♥どんどんパーク 場所：子育て支援センター （認定こども園） 時間：9：30～12：00	★元気！はつらつ教室 場所：館地域振興センター 時間：10：00～ 場所：保健福祉センター 時間：13：30～	★元気！はつらつ教室 場所：鶉地区研修センター 時間：10：00～ ◎さわやか教室 場所：保健福祉センター 時間：10：00～	
9	10	11	12	13	14	15
♪すまいる サン★DAY 場所：認定こども園 時間：10：00～13：30		建国記念日 	♥どんどんパーク 場所：子育て支援センター （認定こども園） 時間：9：30～12：00	★元気！はつらつ教室 場所：館地域振興センター 時間：10：00～ 場所：保健福祉センター 時間：13：30～	🐱こども園開放日 場所：認定こども園 時間：9：00～11：00 ★元気！はつらつ教室 場所：鶉地区研修センター 時間：10：00～	
16	17	18	19	20	21	22
	●健康相談（鶉） ㊦出張包括相談 場所：厚沢部町国保病院 時間：10：00～11：30	■リハビリ教室 （胸花作り）	♥どんどんパーク 場所：子育て支援センター （認定こども園） 時間：9：30～12：00	●健康相談 （相和老人クラブ） ★元気！はつらつ教室 場所：館地域振興センター 時間：10：00～ 場所：保健福祉センター 時間：13：30～	★元気！はつらつ教室 場所：鶉地区研修センター 時間：10：00～ ◎さわやか教室 場所：保健福祉センター 時間：13：30～	
23	24	25	26	27	28	29
天皇誕生日 	振替休日	🐱こども園開放日 場所：認定こども園 時間：9：00～11：00	♥どんどんパーク 場所：子育て支援センター （認定こども園） 時間：9：30～12：00 ●2歳児相談 場所：保健福祉センター 受付：10：00～ ●乳児・ 1歳6か月児健診 場所：保健福祉センター 受付：13：45～	★元気！はつらつ教室 場所：館地域振興センター 時間：10：00～ 場所：保健福祉センター 時間：13：30～	★元気！はつらつ教室 場所：鶉地区研修センター 時間：10：00～	



感染性胃腸炎に

注意しましょう！



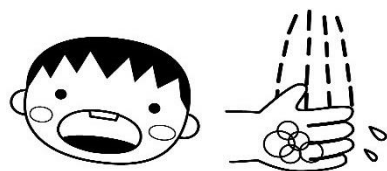
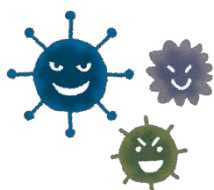
感染性胃腸炎は、冬を代表する「感染症」です。「ノロウイルス」「ロタウイルス」等により学校や職場等、集団生活の場で、集団感染を起こすことがあります。また、二次的に食中毒を起こすこともあり、注意が必要です。

★おもな症状★

吐き気・嘔吐・下痢・腹痛・発熱がみられます。また、ロタウイルスによる感染性胃腸炎の場合、便が白色になることもあります。市販の下痢止め等は、かえって症状を悪くする場合がありますので、症状が出た場合は早めに医療機関を受診し治療を受けましょう。また、脱水にならないよう、水分をこまめにとりましょう。

★感染予防★

症状が治まった後も、便からは1~4週間ウイルスの排出があると言われています。排便後や調理や食事の前には石けんと流水で十分に手を洗いましょう。



手洗いとうがいで感染を予防！

今月の健康相談

各地区の健康相談			
日時	地区	会場	時間
4日 (火)	南館町 城丘	南館・城丘ふれあいセンター	10:30~ 11:30
17日 (月)	鶉	鶉ふれあいセンター	11:00~ 11:30

今月のレッドリスト アニマル

《1月号のこたえ》

バビルサ[クジラ^{ぐうてい}偶蹄目イノシシ科]

イノシシ科の哺乳類。和名ではシカイノシシという。インドネシアのスラウェシ島及びその付近にのみ生息する。体長は90~110センチメートル、体重は60kg~100kg程度。毒性のあるパンギノキの実を好んで食べる。あわせて水たまりの水や泥を食べることで、実の毒性を解除している。



最も特徴的なのは、オスにのみ生える牙である。上あごの牙は、頬を突き破って上に伸び、後方に弓なりに曲がる。牙は最大31cmにもなり、死ぬまで伸び続ける。そのまま伸びると自らの脳天に刺さり死ぬこともあるので、そのことから「自らの死を見つめる動物」と呼ばれるようになった。

2月号のカレンダーにも動物が隠れています。ぜひ探してみてくださいね。