

## 三豊市健康増進計画策定委員会スタート

5月24日“心身ともに健康で安心して暮らせるまちづくり”をめざして、第1回三豊市健康増進計画策定委員会が開かれました。

この委員会は、今年度中に保健、医療、福祉、教育、環境、産業等あらゆる分野にわたり、市民の声や調査資料等を踏まえて地域の特性や問題点を洗い出し、市民のニーズに沿った具体的な生活実感のある目標やスケジュールを示し、家庭、地域、学校、職場、行政が一体となった新たな健康づくり計画を策定します。

第1回策定委員会では、委員へ委嘱状の交付、役員選出のあと、調査結果の概要や今後の作業スケジュール、ワークショップの開催状況等について話し合いました。

委員に委嘱されたのは次の皆さんです。

(敬称略・順不同)

委員長	香川 嘉宏	三豊・観音寺市医師会会長	委員	桑田 暁美	公募
副委員長	成行 明節	三豊市自治会連合会会長	委員	取口 文代	公募
委員	小林 英夫	三豊歯科医師会会長	委員	新庄 二チミ	公募
委員	香川 彰宏	三豊・観音寺薬剤師会代表	委員	池田 勝人	神島化学健康保険組合常務理事
委員	西宇 妙子	香川県栄養士会西讃地区連絡会代表	委員	多田 弘美	農家女性グループつくしんぼ代表
委員	丸谷 幸彦	香川県立笠田高等学校長	委員	大平 保利	仁尾町漁業協同組合代表理事組合長
委員	石川 叔子	三豊市食生活改善推進協議会会長	委員	荒脇 登	三豊市商工会理事
委員	三好 由美子	三豊市愛育会顧問	委員	石井 正博	三豊市体育指導員会代表
委員	山崎 豪	三豊市老人クラブ連合会会長	委員	久保 訓子	香川県西讃保健所長
委員	植岡 澤江	三豊市婦人団体連絡協議会会長	委員	大西 弘文	三豊市教育委員会事務局教育部長
委員	藤田 宗丈	三豊市PTA連絡協議会副会長	委員	佐子 照雄	三豊市建設経済部長
委員	岡田 祐輔	香川県身体障害者協会三豊支部長	委員	香川 秋訓	三豊市健康福祉部長
委員	渡邊 清	西讃地区衛生組織連絡協議会会長			

## 財田町の総合検診日程のお知らせ

財田町公民館で総合検診を下記のとおり行います。対象者はぜひ受診しましょう。

検診項目・受付時間	月日(曜日)	対象地域
胃がん検診 8:30~11:00	8月 7日(火)	昼丹波、別所、野田原、黒川、芋尾、帰来、荒戸上、荒戸下
基本健康診査 肝炎ウイルス検診 前立腺がん検診 結核・肺がん検診	8日(水)	北地上、北地下、山才、山王、北地中、正宗、石野上、戸川、石野下
大腸がん検診 8:30~11:30	9日(木)	雉子尾、久保の下、森、我久
子宮がん検診 乳がん検診(視触診検査) 13:30~14:30	10日(金)	財田中地区、上記で受けられなかった人
	8月 8日(水)	財田町全域

## 入れ歯友の会

- ・入れ歯の調子が悪い
- ・入れ歯の手入れがわからない
- ・家族が入れ歯をしているので  
入れ歯のことを知りたい・・・など

皆さんと語りながら、楽しく入れ歯と友達になりましょう。

## 実施日・場所

7月18日(水) 高瀬町農村環境改善センター  
7月25日(水) 豊中町保健センター  
8月8日(水) 山本町保健センター

時間 午前10時～11時(受付:午前9時50分～)

参加費 無料

申し込み 不要

## 今後の開催予定

9月 財田町 10月 仁尾町  
11月 三野町 12月 詫間町

日時・場所が決まりましたら、広報などでお知らせします。

## 楽しい歯磨き教室



親子で“楽しくできる歯磨き”を考えてみましょう

日時 7月10日(火)  
午前10時～11時(受付:午前9時50分～)

場所 三野町保健センター 和室

対象者 三豊市在住の1歳～3歳のお子さんと保護者

持参物 使用しているハブラシ・コップ  
保護者のエプロン・ティッシュ

参加費 無料

申し込み 不要

直接会場にお越しください。  
託児等はありませんのでご了承ください。

## 三豊総合病院 健康教室

## 食べて治して、ハッピーライフ

今月のテーマ ～貧血～

## 健康学習

日時 7月13日(金) 午後2時～3時

テーマ 貧血のお話

## 調理実習

日時 7月27日(金) 午前10時30分～正午

テーマ バランスのとれた食事で貧血対策

## 腎臓病教室

日時 7月19日(木) 午後3時30分～5時

テーマ カロリーアップのためのおやつ作りと座談会

## 糖尿病教室(夜間)

日時 7月12日(木) 午後6時～7時30分

テーマ ・お口の健康について

・夏バテと糖尿病

～ソーメン太りには要注意!～

各教室とも事前予約が必要です。都合により日程を変更する場合がありますので、下記までお問い合わせください。

申し込み・問い合わせ

三豊総合病院 健康管理センター  
52・3366(内線1610)

## 食中毒に注意しましょう!

日ごろから衛生的な食生活と手洗いを心がけて、O157等の感染を未然に防ぎ、この夏を元気に乗り切りましょう。

## 家庭でできる6つのポイント

食品を購入するときは

生鮮食品は新鮮なものを選び、肉や魚は個別にビニール袋に入れて持ち帰りましょう。

食品を保存するときは

冷蔵庫は詰めすぎをせず、冷蔵は10以下、冷凍はマイナス15以下に維持し、長期保存は避けましょう。

調理の下準備をするときは

肉や魚の後にそのまま野菜などを切るのはいけません。包丁やまな板などは使用後すぐに洗剤で洗いましょう。漂白剤や熱湯を利用すると消毒効果があります。

調理をするときは

十分に加熱しましょう。その時の目安は、中心温度が75で1分間以上です。

食事をするときは

食卓につく前に手を洗いましょう。調理前後の食品は室温に長く放置せず冷蔵庫に保管しましょう。乳幼児や高齢の人は

身体の抵抗力が弱いので、加熱が十分でない食肉などは食べないようにしましょう。