

# 水戸市保健所からの お知らせです

〒310-0852 笠原町993-13

- 保健総務課(☎305-6290)
- 保健予防課(☎243-7315)
- 地域保健課(☎243-7311)
- 保健衛生課(☎243-7328)

〒311-4153 河和田町999

- 動物愛護センター(☎350-3800)
- 〒311-1125 大場町472-1
- 常澄保健センター(☎269-5285)
- 〒319-0315 内原町1384-2
- 内原保健センター(☎259-6411)

日…日時 期…期日・期間 時…時間 場…会場・場所 対…対象 人…定員 料…料金など 申…申込み 問…問合せ …共通事項

## 要警戒！通常の加熱では防げない食中毒

問合せ／保健衛生課

食中毒は加熱すれば防げると思っていませんか？

食中毒の中には、通常の加熱では防げないものもあるので、食品を扱うときは十分に注意しましょう。

### 【黄色ブドウ球菌】

自然界に広く分布している細菌で、人の鼻腔や喉にも存在します。また、化膿菌の一つでもあり、調理する人の手や指に傷があったり、化膿していたりする場合、そこから食品が汚染され、菌が増えて熱に強い毒素がつくられることで、食中毒が発生することもあります。菌がつかないように、調理前の手洗いなどを心がけましょう。手や指に傷などがある場合は、食品に直接触れるのを避けてください。



### 【ウエルシュ菌】

人の腸管や土壌などに広く分布している細菌で、熱に強い芽胞をつくるのが特徴です。これまでに、カレーやシチュー、煮魚などを大量に調理した際、大きな器のまま室温で放置したことで、菌が増え、食中毒が発生した事例があります。加熱調理した食品を保存する場合は、10℃以下または55℃以上の温度で行いましょう。



**結核健診**  
令和4年度に65歳以上になる方は、集団または個別(医療機関)で、結核健診の胸部エックス線検査を無料で受けられます。詳細は、6月上旬に

食をとおして地域の健康づくりをお手伝いする、食生活改善推進員の養成講習会を行います。講習では、献立の立て方や生活習慣病の予防など、食事と健康について学びます。

期日	時間
11/21(月)	13:00~15:30
11/22(火)	10:00~15:20
11/29(火)	
12/13(火)	13:30~16:00
12/14(水)	

※全5回の講習会です。

場／内原保健センター 対／市内に居住する69歳までの方で、受講後に食生活改善推進員として、ボランティア活動に参加できる方 人／各募集地区若干名定員を超えた場合は抽選(募集地区／五軒、柳河、城東、上大野、赤塚、双葉台、吉田、吉沢、寿、緑岡、見川、山根、内原) 料／無料 申・問／9月30日(金)までに、電話で、地域保健課へ

郵送した受診券をご覧ください。また、9月24日(土)〜30日(金)は、結核予防週間です。せきなどの症状がなくても、定期的に健診を受けましょう。

問／保健予防課

**小児・高齢者のインフルエンザ予防接種費補助**  
インフルエンザ予防接種費用の一部を補助します。対象の方には、9月下旬に予防接種券を送付します。実施医療機関は、予防接種券に同封する一覧表をご覧ください。

期／10月1日(土)〜令和5年1月31日(火) 対／水戸市に住民登録のある、次のいずれかの方 ①小児(接種当日1歳以上高校3年生年齢相当の方) ②高齢者(接種当日65歳以上の方、または接種当日60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器などの機能に障害があり、日常生活が極度に制限される方) 個人負担金／接種費用から公費負担額1500円を差引いた額 ※接種費用は、医療機関により異なります。②のうち、生活保護世帯または市民税非課税世帯の方は、手続きにより免除になります。公費負担回数／小児2回(接種当日13歳以上の方は1回)、高齢者1回 申／電話で、実施医療機関へ 問／保健予防課



## 「健康づくりガイドブック・みと」 に広告を掲載しませんか

問合せ／地域保健課

各種健(検)診や教室などの年間行事をまとめた令和5年度版「健康づくりガイドブック・みと」に掲載する広告を募集します。

掲載面・募集数・大きさ／①カレンダー頁12枠(縦5.8cm×横6cm) ②広告集約頁24枠(縦5.8cm×横6cm) ※どちらもカラー印刷。定数になり次第締切り。 掲載料／①2万4,000円 ②1万2,000円 発行部数／約9万5,000部 配布時期／令和5年3月下旬 申込み／9月26日(月)~10月7日(金)に、申込書に記入のうえ、原稿を添えて、直接、地域保健課へ ※申込書は地域保健課または、市ホームページから入手できます。

令和4年9月15日号  
第1534号

【発行】水戸市 029-224-1111(代表)  
〒310-8610 水戸市中央1-4-1  
ホームページ / <https://www.city.mito.lg.jp>

【編集】みとの魅力発信課 029-232-9107  
029-224-5188 kouhou@city.mito.lg.jp

掲載している情報は9月6日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止・延期などになる場合があります。