



◀ QR がついている記事は詳細情報をウェブで公開しています

## くらしの伝言板

### わくわく消防ランドを開催

地域にお住まいの皆さんに消防活動の認知と火災予防などへの意識向上を目的に「わくわく消防ランド」を次のとおり開催します。参加は無料ですので、ぜひご来場ください。

- とき 6月18日(日) 10時～12時 (雨天決行)
- ところ 町消防庁舎
- 内容 ちびっこ救助隊体験(ロープ渡り)、消火器体験、煙体験、車両展示・記念撮影、スーパーボールすくい、風船・ポップコーン配布
- その他 会場には駐車場がありません。ご来場の際は、公共駐車場をご利用ください。



■問合せ 消防署訓子府支署 (☎ 47-2419)

### 自衛官募集

自衛隊帯広地方協力本部北見地域事務所 (☎ 23-6826)

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日
一般幹部候補生(男女)	22歳～26歳未満	6月15日(木)まで	6月24日(土): 帯広・釧路・美幌
自衛官候補生(男女)	18歳～33歳未満	年間を通じて	7月5日(水)～7日(金)のいずれか1日: 帯広

### 日曜・祝日当番医

	医療機関名	
	内科系	外科系
6月4日(日)	西谷内科医院 (☎ 23-6687)	北見市休日夜間急病センター (☎ 25-0099)
11日(日)	北見北斗病院 (☎ 23-3225)	北見中央病院 (☎ 24-3100)
18日(日)	玉越病院 (☎ 24-3323)	北見市休日夜間急病センター (☎ 25-0099)
25日(日)	北見市休日夜間急病センター (☎ 25-0099)	守谷記念整形外科医院 (☎ 36-2277)

※診療は9時～17時までです。また、当番病院は急きょ変更になる場合があります。

### 災害で被災した皆様に支援をお願いします

新たに義援金をお受けしています

◇令和5年5月能登地方地震災害義援金 令和5年9月29日(金)まで受け付け

■問合せ 町社会福祉協議会 (☎ 47-3536 総合福祉センター内)

## 健康だより

### ●食中毒対策について●

#### 食中毒に注意しましょう

これからの時期は気温が上がり、食中毒の発生が多くみられます。日常生活では以下の点に注意し、食中毒を防ぎましょう。

#### 細菌性食中毒の特徴

- ①室温(20～40℃)や湿度の高いところで活発に増殖する
- ②加熱するとほとんどの菌が死滅するため、食品を十分に加熱する
- ③冷凍しても死滅しない菌の種類がある

#### △このような食品には注意

- ・レバ刺し、鶏刺し、ユッケ、牛肉のたたき
- ・加熱が不十分な鶏卵、刺身、生寿司
- ・室温で鍋に入ったまま放置しているカレーなど

❖テイクアウト(持ち帰り)は、調理してから食べるまでの時間が長く、気温の高い時期は特に食中毒のリスクが高まります。持ち帰ったら長時間放置せず、すぐに食べましょう

#### 食中毒予防の3原則

- ①菌をつけない
  - ①手洗いを徹底して行う
  - ②食品や調理器具はしっかり洗浄する
  - ③調理器具は用途に分けて使い分ける
  - ④食品はラップなどに包んで保存する
- ②菌を増やさない
  - ①冷凍や冷蔵の必要な食品を常温で放置しない
  - ②作ったものは早めに食べる
  - ③冷蔵庫・冷凍庫に物を詰め過ぎない(庫内の温度が高くなるため)
- ③菌を消滅させる
  - ①食品は内部までしっかり加熱する(中心部は75℃で1分以上)
  - ②調理器具の消毒を行う

＼イベントなどの情報を紹介／

### ひだまり

子育て支援センター ☎ 47-3039

今月の予定表▶



ひよこひろば	6月6日(火) 10時～11時30分、14時～15時30分
うさぎひろば	6月1日(木) 10時～11時30分 6月13日(火) 10時～11時30分
こぐまひろば	6月20日(火) 9時30分～10時30分
ちよこつとひだまり	6月20日(火) 14時～15時

#### 第2回ミニ講座

#### 幼児期の歯磨き

虫歯を予防する磨き方や歯並びについてなど、疑問に思っていることを聞いて、お子さんの大切な歯を守りましょう。

- とき 6月7日(水) 10時～11時30分
- ところ 公民館和室研修室
- ※託児を利用される方は9時45分までに支援センターにお越しください。
- 講師 歯科衛生士 伊藤 峰子氏
- 持ち物 家庭で使用しているお子さんの歯ブラシ
- 定員 12人
- 申込み 6月2日(金)まで

#### 第3回ひだまりひろば

#### ゆめゆめ館に行こう

小学生が放課後に利用している「ゆめゆめ館」へ親子で楽しく遊びに行きましょう。

- とき 6月28日(水) 10時～11時30分(雨天決行)
- 集合 子育て支援センター
- ※10時に出発して歩いて行きます。必要な方はベビーカーを用意してください。(雨天の場合は自家用車で移動となります)
- 申込み 6月27日(火)まで