

7月28日は「世界肝炎デー」・「日本肝炎デー」 7月25日～7月31日は「肝臓週間」

肝臓は体の中で一番大きな臓器です。肝臓は体に必要な栄養素を作って保存したり、体に有害な物質を分解、解毒する機能があります。肝臓が病気になる、これらの機能が低下することから、体に重大な影響を及ぼします。病気にかかってもすぐには症状が出にくいことから、「沈黙の臓器」とも呼ばれます。

そのため、自覚症状が出たときには病状が進んでいることがあります。検査で早期に発見し、治療を受けることが大切です。

熱中症予防×コロナ感染防止

★マスクの着用により熱中症のリスクが高まります。マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水症状になるなど、体温調整がしづらくなってしまいます。

暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

体調に応じて、屋外で会話をしない、人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずすようにしましょう。

マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけましょう。

玖珠町の熱中症一時休憩所

期間：7月1日～9月30日
・玖珠町役場（※土日祝日を除く）
・玖珠町総合運動公園
・くすまちメルサンホール



食中毒に注意しましょう！

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われるがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。また、テイクアウトでも、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ので注意が必要です。

食品を購入したらすぐに帰宅し、長時間持ち歩かないようにして早めに食べましょう。



7月は「愛の血液助け合い運動月間」です ～献血実施日～

日時：7月21日（木）
時間：午前10時～11時45分
午後1時～4時
場所：玖珠町役場 町民ホール



24時間いつでも輸血を必要としている方へ血液を届けるためには、毎日新しい血液が必要です。そのためには、多くの方の献血への協力が必要となります。ぜひ献血にご協力をお願いします。

総合健診

※ 事前申込が必要です ※

受付時間 午前8時30分～10時
感染防止対策のため受付時間を区切ってご案内しています。健診セットが入った封筒の表に時間を記載しています。

- ・メルサンホール 7月1日（金）、4日（月）
- ・八幡自治会館 7月13日（水）
- ・北山田自治会館 7月26日（火）
- ・古後小学校 7月27日（水）
- ・北山田小学校 8月1日（月）

7月の健康カレンダー

○乳幼児健診・健康相談

場所 くすまちメルサンホール



4か月児健診 R4.3月生まれ	29日(金)
7か月児健診 R3.12月生まれ	29日(金)
2歳児健康相談 R2.2、3月生まれ	14日(木)

※受付時間は通知をご確認ください。

○母子手帳交付

7月8日(金)、21日(木)、8月5日(金)
時間 午前9時～午後4時
場所 玖珠町役場 1階6番窓口

