

食中毒を 予防しましょう

6月から9月にかけて、細菌を原因とする食中毒が多く発生します。食中毒予防の3原則『食中毒の原因菌を、“つけない” “増やさない” “やっつける”』を守り、発生を防ぎましょう。



① 食中毒の原因菌をつけない

- ・こまめに手を洗いましょう。
- ・肉や魚はそれぞれ分けて包み、保存しましょう。
- ・包丁、まな板は肉魚用と野菜用に分けましょう。



② 食中毒の原因菌を増やさない

- ・作った料理は早めに食べましょう。
- ・すぐに食べないものは冷蔵庫で保存しましょう。



③ 食中毒の原因菌をやっつける

- ・「食品内部の温度が75度で1分以上の加熱」を目安に加熱しましょう。
- ・電子レンジの加熱は、食品をかき混ぜるなどの工夫で均一に加熱しましょう。
- ・食品を温めなおすときも、十分な加熱が必要です。



もし「食中毒かな？」
と思ったら、
早めに受診しましょう。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

令和7年度 生活支援体制整備事業 生活支援担い手養成講座

地域の多様な場で高齢者支援の担い手となる人材の育成を目的とし、支援に役立つ介護の知識や技術等について学びます。活動に興味・関心のある方はぜひご参加ください。

日 時	6月27日(金) 午前10時～12時	場 所	総合ケアセンター南三陸 2階大会議室
内 容	①講話 ・高齢者の特徴 ・感染症予防について ②実技 ・車椅子操作、歩行介助等		
申込み	6月16日(月)まで		
問合せ	地域包括支援センター ☎46-5588 南三陸町社会福祉協議会 ☎29-6452		

6月の保健行事

保健行事	開催日	受付時間	会 場	対 象 者
5～6か月児健康相談	24日(火)	12:45～13:00	総合ケアセンター南三陸 健診室	令和6年12月～令和7年1月生まれ
2歳半歯科検査	13日(金)	12:45～13:00	総合ケアセンター南三陸 健診室	令和4年9月～10月生まれ
母子手帳・予防接種予診票の交付	毎週月曜日	13:00～17:00	総合ケアセンター南三陸 ※歌津総合支所	支援給付金の申請のため、マイナンバーカードと通帳の写しをお持ちください。 ※指定日以外での交付、歌津総合支所での交付を希望する人は事前に連絡願います。

※乳幼児健診の対象者へ個別に通知しています。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

休日救急当番医

診療時間

午前9時～午後5時

医療機関により診療可能な年齢や診療時間が異なります。あらかじめ実施医療機関にお問い合わせください。

●南三陸町

1日(日)	佐藤徹内科クリニック(志津川)	47-1175
-------	-----------------	---------

●気仙沼市

8日(日)	鈴木医院(長磯原ノ沢)	27-2315
15日(日)	気仙沼市立病院附属本吉医院(本吉町津谷)	42-2621
22日(日)	南気仙沼内科医院(内の脇)	25-7412
29日(日)	あいざわクリニック(東新城)	21-1160

歯科休日当番医

診療時間

午前9時～正午

(気仙沼市：最終受付は午前11時30分)
診療時間が変更になる場合がありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。

●気仙沼市

1日(日)	みうら歯科クリニック(長磯船原)	27-4145
8日(日)	山谷歯科医院(本吉町新明戸)	42-3577
15日(日)	ハーモニー歯科医院(幸町)	25-8367
22日(日)	皆川歯科医院(赤岩五駄鱈)	22-9611
29日(日)	米倉歯科クリニック(南郷)	22-9955

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、37.5度以上の発熱者や県内外に旅行後の人は、事前に実施医療機関に電話でご相談ください。

まちの健康相談室「ぽかぽか」のお知らせ

自分の健康状態を振り返る機会や、日ごろ人に言えない気持ちを聴いてもらう場としてのご利用など、内容がはっきりしていなくても相談が可能です。相談員(保健師・栄養士)がお待ちしていますので、お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 6月10日(火) 午前10時～午後1時
- 場所 南三陸町役場 マチドマ
- 内容 保健師・栄養士による個別相談 ※お薬手帳をお持ちください。

受付時間は午後0時30分までとなります。

血圧・筋肉量
体脂肪測定など
健康チェックを
してみましょう

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

まちの健康相談室
「ぽかぽか」

南三陸広報
広告
のご用命は

営業案内
名刺・ハガキ・封筒・DM・シール・各種伝票類
書籍・新聞・パンフレット・アルバム・ポスター
横断幕・チラシ・広報紙・その他各種印刷

トータルプリント
佐藤印刷株式会社
☎ 0226-46-2176
FAX 0226-46-3186
E-mail s.p@eagle.ocn.ne.jp

FAX・メールでの御注文も承ります

ローマの味を再現した
濃厚ジェラート

FLOR
GELATO ITALIANO
EST. 2011

イタリア産から直輸入の厳選された天然素材を
ベースにローマの濃厚なジェラートを再現!

■対象：南三陸町に居住されている方
■特典：ジェラート2種以上で100円引
またはトッピングチョコ1個無料

季節ごとに多種多様なフレーバーも用意!
ぜひ、南三陸で本場ローマの味を
お楽しみください!

■営業時間 平日 11:00～17:00
土日祝 10:00～17:00
定休日なし

南三陸さんさん商店街内
HP <https://florjapan.com/miyagi/>