

健康

熱中症に注意しましょう

・高齢者は特に注意ください
 高齢になると、暑さやのどの渇きに気付かなくなることがあります。そのため、自覚がないのに熱中症になることがあります。

・予防方法
 ・暑くなくてもエアコンや扇風機をつける。
 ・のどが渇いていなくても、水分と適度な塩分を補給する。
 ・外出時には日傘や帽子を使い、こまめに休憩をする。

※具合が悪くなったときは、涼しい場所へ移動して体を冷やし、水分をとりましょう。体調が改善されない場合や重症のときは、医療機関を受診したり、救急車(119番)を呼びましょう。

▽問合せ 介護予防・地域支援課 ☎(5246) 1225

台東区ゲートボール大会 参加チーム募集

▽日時 9月4日(月)午前10時
 ※雨天等の場合は13日(水)に延期

▽場所 台東リバーサイドスポーツセンター野球場

▽対象 区内在住が在勤(学)の方(5人1チーム)

▽申込締切日 8月4日(金)

▽申込み・問合せ 健康課 ☎(5246) 1214

8月は「食品衛生月間」です

夏場は気温が高いため細菌の増殖が速く、食中毒が発生しやすい季節です。区では、食中毒予防のイベントを行います。

・食品衛生なんでも相談コーナー
 ▽日時 8月3日(木)・4日(金)

午後2時～4時

▽場所 生涯学習センター1階アトリウム

▽内容 保健所職員や食品衛生推進員による相談コーナー、食品衛生クイズチャレンジのほか

▽問合せ 台東保健所生活衛生課 ☎(3847) 9466

育児相談・子育て育児相談

●育児相談(対象は1歳5か月までの子供)

日時	場所
8月1日(火)午前10時～11時	谷中区民館
8月3日(木)午後1時30分～2時30分	生涯学習センター4階(はばたき21)
8月4日(金)午前10時～11時	寿子ども家庭支援センター
8月9日(水)午前10時～11時	台東子ども家庭支援センター
8月17日(木)午後1時30分～2時30分	金杉区民館

●とことこ育児相談(対象は1歳6か月以上の子供)

日時(受付は午前10時～10時15分)	場所
8月9日(水)午前10時～11時30分	浅草保健相談センター
8月22日(火)午前10時～11時30分	台東保健所

▽内容 身体測定・保健師等による相談

▽持ち物 母子健康手帳

▽問合せ 台東保健所保健サービスクラス ☎(3847) 9497

健康づくり啓発広報紙「けんこうの芽」第9号を発行します

健康づくりに役立つ情報や区が実施する事業を掲載しています。8月7日(月)の朝刊各紙に折り込むほか、左記の場所で配布します。

▽配布場所 区役所、台東保健所、区民事務所・同分室、地区センター等

▽問合せ 健康課庶務担当 ☎(5246) 1178

あなたの犬の登録・狂犬病予防注射はお済みですか 一犬には必ず鑑札と注射済票をつけましょう

飼い犬は必ず登録し、毎年4～6月に狂犬病予防注射を受けることが法律で定められています。登録や狂犬病予防注射をしないで犬を飼うと20万円以下の罰金が科せられます。

登録の際に交付される鑑札は、小型犬にも装着しやすい、軽量・小型化した「犬型鑑札」です。また、狂犬病予防注射を受けると、毎年、注射済票が交付されます。人と犬の命を守る重要な注射である意味を込めた、「ハート(心臓)型」のデザインです。

登録および今年の狂犬病予防注射が済んでいない方は、至急手続きをしてください。

右記の区内動物病院では、注射と一緒に登録ができます。

▽手数料
 ・犬の登録は3,000円
 ・注射済票の交付は550円(注射済票は、注射後に注射済証明書を保健所に持参するか、区内の動物病院であれば、その場で交付)

▽問合せ 台東保健所生活衛生課愛護動物管理担当 ☎(3847) 9437



区内動物病院

病院名	所在地	電話番号
安部動物病院	入谷2-2-8	(3873) 4798
岩崎動物病院	浅草4-40-7	(3876) 9696
いわせ犬猫クリニック	東浅草2-28-12	(3871) 3122
上野動物病院	東上野2-11-6	(3832) 3046
上野の森どうぶつ病院	谷中1-5-11	(5832) 9991
おぎはら動物病院	松が谷3-4-2	(3843) 3071
クニ動物病院	下谷3-20-2	(3875) 9230
シンシアペットクリニック	花川戸2-3-11	(3847) 6083
すずきペットクリニック	三筋1-9-4	(3865) 1988
相愛動物病院	雷門1-15-11	(3845) 0011
チャット動物病院	鳥越1-22-4	(5835) 2405
トリトン動物病院	寿2-8-4	(3844) 9007
内藤動物病院	根岸3-10-3	(3875) 3504
まつもと動物病院	竜泉3-23-7	(5603) 2950

アレルギー発症予防のための親子音楽療法教室

▽日時 8月2日(水) 午前10時～11時30分

▽場所 台東保健所6階中会議室

▽対象 区内在住のぜん息等のアレルギーを持つ子供と保護者

▽定員 20組(先着順)

▽講師 福田義子氏(日本音楽療法研究会代表)

▽申込み・問合せ 台東保健所保健サービスクラス ☎(3847) 9492

子育て心理相談(予約制)

「子供や家族のことでイライラしてしまつ」「出産後、気分が落ち込みがち」など、保護者の方の相談に専門カウンセラーが応じます。

▽日程・場所 ①8月9日(水)・浅草保健相談センター

1年に1度、胃・肺・大腸がん検診を受診しましょう(要予約)

▽対象 区内在住の40歳以上の方(喀たん検査は50歳以上、条件あり)

▽内容 胃部・胸部X線検査(胃・肺)、喀たん検査(一定条件者・肺)、便潜血検査(検便・大腸)

※大腸がん(便潜血検査) 検診は、医療機関の空き状況により、受診できない場合があります。

▽日時 8月9日(水)午後2時30分

女性医師による女性のための健康相談「婦人科」(予約制)

▽日時 8月9日(水)午後2時30分

▽場所 台東保健所4階

▽対象 区内在住が在勤の女性で、更年期や月経障害・不妊などで

スポーツ

親子で幼児水泳教室第3期
 日程(全3回)9月3日(日)・10日(日)・17日(日) 時間Aクラス午前9時～10時、Bクラス午前10時～11時
 対象区内在住が在勤の保護者と3歳以上の未就学児 定員各15組(抽選) 講師野村不動産ライフ&スポーツ 費用3,750円(3回分・保険料含む) ※レッスン前後の利用は延長料金が必要
 申込方法 往復はがきに教室名・希望クラス(AかB)・住所・氏名(保護者・幼児)・年齢・電話番号・泳力レベルを書いて下記問合せ先へ※往復はがき返信後、指定日までに下記問合せ先で申込み・チケット購入
 申込締切日 8月15日(火)
 場所・問合せ 〒110-0015 台東区東上野6-16-8 清島温水プール ☎(3842) 5353

スポーツひろば

●田原小・ボクササイズ教室 日時9月6日～10月11日の水曜日(全6回)午後7時15分～8時30分(7時受付) 場所田原小学校3階体育室 講師益田歩氏 費用1,500円(6回分・保険料含む) 申込方法費用を添えて次の①か②で申込み ①8月2日(水)午後7時15分～8時15分生涯学習センター4階407研修室 ②8月3日(木)～25日(金)午前9時～午後5時スポーツ振興課(生涯学習センター5階、土・日曜日・祝日を除く)

●大正小・リズム体操教室 日時9月1日～10月27日の金曜日(10月6日を除く・全8回)午後7時15分～8時30分(7時受付) 場所大正小学校地下体育館 講師田中美緒氏 費用2,000円(8回分・保険料含む) 申込方法費用を添えて次の①か②へ ①8月4日(金)午後7時15分～8時15分・大正小学校地下体育館 ②8月7日(月)～25日(金)・スポーツ振興課(生涯学習センター5階、土・日曜日・祝日を除く)

◆以降、上記記事の共通項目◆
 対象区内在住が在勤・在学の中学生以上の方※子供を連れての参加不可、学校行事等により変更・中止の場合あり 定員各30人(先着順) 持ち物運動できる服装、室内履き、飲み物、タオル 問合せスポーツ振興課 ☎(5246) 5853

区民体育祭

種目	軟式野球	バスケットボール
日程	9月3日(日)～11月末	9月24日(日)～10月28日(土)
場所	江戸川河川敷野球場	台東リバーサイドスポーツセンター
参加費	1チーム5,000円	1チーム4,000円
申込期間	8月25日(金)まで	8月1日(火)～18日(金)

対象区内在住が在勤・在学の方※詳しくは、区ホームページまたは下記問合せ先で配布する大会要項をご覧ください。
 問合せスポーツ振興課(生涯学習センター5階、土・日曜日・祝日を除く午前9時～午後5時) ☎(5246) 5853

初心者のためのスポーツ教室

●ソフトテニス 日程(全6回)8月23日～9月7日の水・木曜日 定員30人(先着順)
 ●バウンドテニス 日程(全6回)8月25日～9月29日の金曜日 定員50人(先着順)
 ◆以降、上記記事の共通項目◆
 時間午後7時～9時 対象区内在住が在勤・在学の高校生以上の方 申込開始日7月20日(木)
 場所・申込み・問合せ 台東リバーサイドスポーツセンター ☎(3872) 3181