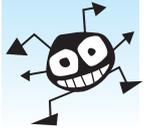


# 夏の食中毒にご注意！



高温多湿でじめじめした季節は、食中毒が発生しやすい時期です。食品などの取り扱いには十分注意して、食中毒を防ぎましょう。

## ●菌をつけない

食中毒を起こす菌は、魚や肉、野菜などに付いていることがあります。この菌が、手や調理器具などを介して、ほかの食品を汚染してしまうことも…。十分な手洗い、食材の洗浄、調理器具の洗浄消毒を行いましょう。

## ●菌を増やさない

食中毒菌は、10℃以下では増えにくくなります。要冷蔵の食品は室内に放置しないで、冷蔵庫で保存しましょう。調理中も食品を長く室内に放置しないようにし、加熱調理した食品もできるだけ早く食べましょう。

## ●菌をやっつける

食中毒を起こす菌のほとんどは加熱することで死滅します。加熱調理する食品は75℃で1分以上、カキなどの二枚貝は85℃で1分以上、中心まで火が通るようによく加熱しましょう。また、調理器具は洗浄後、熱湯や塩素系漂白剤などでしっかり消毒しましょう！

問い合わせ 市保健所衛生検査課 ☎(883)1181

# 秋田で働く 医師を 募集しています



県医師確保対策室では県内で働く医師を募集しています。医師として働きたいかたがいましたらご連絡をお願いします。

## 県職員として採用します

自治体病院などでの3年間の派遣勤務と、医療・研究機関での1年間の研修(有給)のローテーション勤務を行います

## 就職先を紹介します(ドクターバンク事業)

県内の医療機関で勤務を希望する医師に就職先をあっせん・紹介します

\*詳しくは県ホームページをご覧ください。

<http://www.pref.akita.lg.jp>

問い合わせ

秋田県医師確保対策室

☎(860)1410 ファクス(860)3883

Eメール [ishikakuho@pref.akita.lg.jp](mailto:ishikakuho@pref.akita.lg.jp)



大雨による増水(昨年7月19日、金足地区)

# 9月1日は防災の日

防災安全対策課 ☎(866)2021

## ●中通 ●八橋運動公園 ●旧空港跡地 9月1日(水)に総合防災訓練を実施

9月1日(水)午前7時45分から午後零時30分ころまで、秋田駅前アゴラ広場周辺、中通小学校、秋田県スポーツ科学センター(八橋運動公園)、旧空港跡地(新屋町)を会場に、総合防災訓練を行います。訓練に伴い、交通規制を実施するほか、煙が出たり、緊急車両がサイレンを鳴らして走行したりしますので、ご了承ください。

## 「防災ネットあきた」で情報ゲット！

事前に携帯電話やパソコンのメールアドレスを登録しておく、災害があったときEメールで防災情報をお知らせします。登録は無料。ただし、メール受信などの費用は登録したかたの負担になります。

登録は市ホームページから

<http://www.city.akita.akita.jp/city/gn/ds/system/>  
携帯電話は

<http://www.city.akita.akita.jp/i/gn/ds/s/1.htm>



## 防災対策は万全ですか？

- 家具の転倒を防ぐため、転倒防止シートやL字金具などで固定しましょう。家の周りのブロック塀なども倒壊の危険がないか確認しましょう。
- 食料は3日分、飲料水は1日1人3ℓを備えておきましょう。赤ちゃんがいる家庭では、ミルクやほ乳びんも忘れずに。
- 被害を最小限に抑え、災害からいち早く立ち直るためには地域の協力が不可欠です。自分たちの町は自分たちで守るため、町内単位で自主防災組織を結成しましょう。
- ふだんから高齢者や障がい者と交流をはかり、災害時には地域全体で助け合いましょう。





**胸部検診の会場が変更**

広報あきた7月2日号13ページでお知らせした胸部検診車の巡回日程で、外旭川地区、9月2日(木)の会場が1か所変更になりました。「天徳院児童館前」が「小野産業 小野貴明さん宅前(外旭川字神田418-1)」に変わります。受付時間は午後1時～1時30分です。詳しくは、市保健所保健予防課へどうぞ。☎(883)1176

**スポーツ振興課の教室**

保険料1日30円。先着各30人。申し込みは8月24日(火)午前9時からスポーツ振興課へ。☎(866)2247

**ソフトテニス**  
日時/9月6日(月)・13日(月)、午前10時～正午。9月21日(火)・28日(火)、午後4時～6時 会場/八橋テニスコート(八橋運動公園内)

**3B体操** 日時/9月14日(火)・24日(金)、午前10時～正午。9月28日(火)午後1時30分～3時30分。9月30日(木)午後7時～9時  
会場/市立体育館多目的ホール

**ラージボール卓球選手権大会**

男女シングルス初級・上級、男女ダブルス初級・上級。上級は年代別。日時/9月12日(日)午前9時～ 会場/土崎体育館 参加費/各800円  
●申し込み 秋田市卓球連盟の細谷さん☎090-2958-2441

**食生活健康相談**

肥満、高血圧、糖尿病のかたなどの食事について、栄養士が個別に相談に応じます。8月31日(火)午前10時～午後2時30分、市保健センター(八橋)で。無料。

●申し込み 市保健所保健予防課 ☎(883)1175

**市保健所の健康判定**

食習慣や生活習慣、運動習慣について、専門家が個別にアドバイス。運動の実技指導も。無料。

対象/20歳以上のかた 日時/9月2日(木)・16日(木)、午後1時～5時  
会場/市保健センター(八橋)

●申し込み 市保健所保健予防課 ☎(883)1175

**いきいき健康教室**

障がいがあるかたとおおむね60歳以上のかたが対象です。体力の低下や運動不足解消のための水中運動。

日時/9月1日(水)から12月1日(水)までの水曜日(11月3日(水)を除く)、午前10時45分～11時45分

会場/中央シルバーエリア(御所野) 参加費/各300円 定員/5人

●申し込み NPO法人あい ☎(829)1113

**障がい者のゲートボール教室**

身体・知的・精神に障がいがある在宅のかたが対象です。受講無料。

日時/9月13日(月)午前10時～11時30分 会場/秋田県勤労身体障害者スポーツセンター(新屋下川原町)

●申し込み 市障がい福祉課、市社会福祉協議会、秋田県障害者スポーツ協会ホームページなどにある申込書で、秋田県障害者スポーツ協会 ☎(864)2750 ファクス(874)9467

**赤十字健康教室**

15歳以上のかたが対象です。高齢者に起こりやすい事故の予防と手当。9月9日(木)午後1時～4時、秋田県社会福祉会館(旭北栄町)で。受講無料。定員20人。申し込みは、日本赤十字社秋田県支部へ。☎(864)2731

**健康フェスタ**

乳がんのしこり触診体験、前立腺がん検診、骨粗しょう症検診(午前と午後)に先着各40人、体力測定、健康相談など。参加無料。直接会場へ。

日時/8月28日(土)午前10時～午後4時(検診・測定・相談は午後3時まで)

会場/アルヴェ1階きらめき広場 ●問い合わせ 秋田県総合保健事業団企画事業推進課☎(884)1546

**がん患者の集い**

いずれも無料。直接会場へどうぞ。

**ひだまりサロン** がん患者やご家族が語り合う場です。8月24日(火)午後1時30分～3時30分、榮太楼菓子舗大町店で。詳しくは、あけほの秋田の佐藤さん☎(824)2750

**がんの痛みの治療教室**  
がんの痛みや医療用麻薬、緩和ケアについて学びます。8月25日(水)午後2時～、秋田大学医学部附属病院

外来ホールで。詳しくは、同病院医療サービス室☎(884)6039

**がんサロン「きぼうの虹」** がん患者やご家族が語り合う場です。毎月第2土曜日、午後1時～3時30分、コミュニティサロン・クローバー(中通)で。詳しくは、秋田県がん患者団体連絡協議会☎090-7526-1345

**うつ会秋田の集い**

うつ病患者やご家族が悩みなどを語り合う場です。9月5日(日)、10月3日(日)、午後2時～4時、ジョイナス(千秋)で。参加費500円。申し込みは、うつコミュニティ・うつ会秋田の堀さんへ。☎(862)8491



**いきいきサロン「健康呼吸法」**

65歳以上のかたが対象です。参加無料。タオルを持って、動きやすい服装で直接会場へどうぞ。

日時/9月2日(木)午前10時～正午 会場/飯島老人いこいの家

問い合わせ 飯島老人いこいの家 ☎(845)3692

**ザ・ブーンへ行こう!**

申し込みや問い合わせは、クアドームザ・ブーンへ。☎(827)2301

**開業19周年記念** 8月29日(日)は入館料半額! プールでは午後2時から「サッカーシュートに挑戦(参加無料、景品あり、定員100人)」を開催

**新・健康講座** 開講日は8月31日(火)と9月の火・水・金曜日。水中歩行、アクアビクス、水泳を受講できます(開催日によってメニューが違います)。全日程受講可能なフリーコースが4,000円、1日体験コースが550円(いずれも入館料別)。要申込

**バス送迎付健康増進教室**  
火曜日は水中歩行基礎編と水泳初級、金曜日は中上級者向け水中歩行と水泳。8月31日(火)、9月3日(金)・7日(火)・10日(金)・17日(金)・21日(火)・24日(金)、午前9時45分秋田駅東口発、午後3時秋田駅着。受講料各1,050円(入館料含む)。申し込みは8月23日(月)午前9時から