

市役所からのお知らせ

行政相談所

問合せ先 〓 総務課行政係 ☎ 内線 3221
 福島支所市民課 ☎ 内線 602136
 鷹島支所市民課 ☎ 内線 603111

市役所や国、県などの機関が行っている仕事について、意見・苦情や要望などはありませんか。次の通り行政相談所を開設しますので、お気軽にご相談ください。

●松浦会場

〔日時〕

2月12日（木）午前10時～午後4時

〔場所〕

市役所別館多目的相談室

〔行政相談委員（敬称略）〕

川畑喜久雄 ☎ 0956・75・0724
 青木サチ ☎ 0956・74・0456

●福島会場

〔日時〕

2月10日（火）午前10時～午後4時

〔場所〕

福島支所第7会議室

〔行政相談委員（敬称略）〕

徳田芳朗 ☎ 0955・47・2422

●鷹島会場

〔日時〕

2月12日（木）正午～午後4時

〔場所〕

鷹島支所教養室

〔行政相談委員（敬称略）〕

小田鐵二郎 ☎ 0955・48・2444

平成27年度奨学生等募集

問合せ先 〓 教育総務課総務係

☎ 内線 345

●市就学一時金（大学・専修学校）

〔資格〕 次の要件を備えた学生に学資を調達する人（保護者）

- ①本市に住所を有する人の子弟
- ②大学または専修学校に平成27年度に入学予定の人
- ③経済的に困っている人

〔貸与金額〕 30万円 《無利子》

〔申込期間〕

第一期募集

2月2日（月）～2月13日（金）

第二期募集

2月16日（月）～3月31日（火）

※早急に貸与を希望する人は、第一期募集に応募してください。

●市奨学生（高校以上）

〔資格〕

- ①本市に住所を有する人の子弟
- ②高等学校以上の学校に平成27年度に入学または在学中の人
- ③経済的に困っている人

〔貸与金額〕（月額）《無利子》

高等学校 〓 1万5千円

大学・専修学校 〓 3万円

〔申込期間〕

3月16日（月）～4月30日（木）

※ほかの奨学金・就学一時金との重複貸与はできません。

就学校の変更について

問合せ先 〓 学校教育課学事研修・体育保健係

☎ 内線 342

平成27年度に市内小中学校に入学予定の児童生徒がいる家庭に、現住所地の学校を指定した「就学・入学通知書」のハガキを送付しています。もし、転居予定、病気などの身体的理由、そのほか教育的配慮を要する理由などで就学校の変更を希望する場合は、右記の問合せ先へご相談ください。

※在学中の児童生徒で同様の相談がありましたら、お問い合わせください。

移動図書館車の日曜日運行

問合せ先 〓 松浦市立図書館

☎ 0956・72・4677

図書館運営のサービス向上を目的として、次の通り毎月1回、日曜日にも運行しますので、ぜひご利用ください。

●福島地区（海の駅ほか3カ所）

〔日時〕

2月1日（日）午前10時～午後2時20分

●鷹島地区（鷹島公民館ほか4カ所）

〔日時〕

2月15日（日）午前10時30分～午後2時

※詳細は各公民館だより・図書館ホームページをご覧ください。

新機器（胃カメラシステム）を導入しました

問合せ先 〓 松浦市立福島診療所

☎ 0955・47・2003

レーザー光源を搭載した胃カメラ（内視鏡）システム導入は、日本で4番目、長崎県下では松浦市立福島診療所が初めてとなります。病変部をはっきりと映し出し、発見率が高い機器です。

経口内視鏡検査だけでなく、経鼻内視鏡検査も実施していますので検査が楽に行えます。どうぞご利用ください。

〔検査実施日〕毎週金曜日の午前中

※消化器専門の医師が対応しています。



ノロウイルスにご用心!

問合せ先 健康ほけん課健康推進係

☎内線 166

食中毒といえば夏と思っていま
せんか?
ノロウイルスは特に冬季に流行し
ます。抵抗力が落ちている人や乳幼
児、高齢者は、重症化しやすくなる
ため注意が必要です。

【症状】 腹痛、下痢、嘔吐、吐き気
(発熱を伴うこともある。)

【潜伏期間】 24〜48時間

【治癒】 1〜3日

○ノロウイルスによる食中毒を予防
するためには

・調理、食事の前、トイレの後は腕
から指先まで30秒以上かけて、石け
んで丁寧に洗う。

・加熱が必要な食品は、中心部まで
しっかりと加熱調理してから食べる。

・調理器具、ふきんなどは洗剤を使
って十分に洗浄し、熱湯で煮沸消毒
を行う。

○ノロウイルスによる人から人への

二次感染を予防するためには

・症状がある人は、食品を直接取り
扱う作業をしないようにする。

・嘔吐物や便を処理する時は、使い
捨て手袋やマスクを使用し、ペー
パータオルなどでウイルスを飛ばさ
ないように静かに拭き取る。拭き

取った汚物は、ビニール袋に密閉し
て捨てる。

・汚染された床や壁は、消毒液を浸
した布で拭き取る。衣類なども熱湯
で煮沸消毒を行うとよい。

・汚染物を片付けた後は、必ず手洗
いをする。

※消毒液(次亜塩素酸ナトリウム)
は、500ミリリットルのペットボ
トルを用いて作ることができます。

【作り方】

500ミリリットルのペットボト
ルに、台所用塩素漂白剤の原液を
ペットボトルのキャップ2杯分入れ、
水道水を入れて500ミリリットル
とする。

・調理器具類やドアノブなどを消毒
する場合は5倍に薄めて使用する。

・嘔吐物や便が付着した場合の消毒
はそのまま使用する。

※塩素系漂白剤は、使用上の注意を
ご確認の上、使用してください。



あなたの健康お手伝いします

すこやか
けんか

体重が気になる人はいませんか?

○問合せ先 健康ほけん課健康推進係 ☎内線 166

暦の上では春に入っても、まだまだ寒い時期です。寒い冬の夜にはあたたかい鍋ものが好まれます。一つの鍋に魚や豆腐、たっぷり野菜の鍋料理は栄養的にもバランスがとれた料理です。しかし、おいしい味や雰囲気につられて、ついつい食べ過ぎると肥満へのきっかけとなります。毎日の食生活を少しだけ見直し、体重をコントロールして元気な体を作りましょう。

【食生活を見直してみよう】

- 1日3食食べる
- ゆっくりよく噛んで食べる
- おやつは量と時間を決める
- 毎食野菜料理を食べる
- 適度な運動をする

【こんなことに気を付けましょう】

- 食べたものや飲んだものをメモしてみる
・・・意外にたくさん食べています
- 洋食を和食にかえてみる
・・・おひたし、煮物、和え物など

○洋菓子を和菓子にかえてみる

○菓子類をひかえる

特に冬場は脂肪をため込み
やすい時期です。適量をバ
ランスよく食べましょう。

