

第24回 新春初歩き大会

毎年恒例、新春初歩き大会の参加者を募集します。

●とき 16年1/1(水)

6:30～

●集合場所

青海島高山オートキャンプ場

●駐車場

●ところ 高山(青海区)

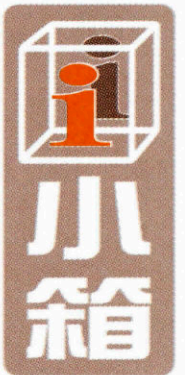
●持参品

「ぞうに」用もち1個を持参してください

●申込締切 12/19(金)

●申し込み・問い合わせ

※中学生以下は保護者同伴
体育係



第55回人権週間

12月4日から10日までは「人権週間」です。明るい私たちの街づくりのために、家庭、学校、職場や地域社会においてお互いに相手の立場を考えて豊かな人間関係をつくりましょう。

人権擁護委員は、いつでも相談に応じています。長門市の人権擁護委員は次のとおりです。

- 末岡 智(白湯2区)
☎26・1245
- 金谷美沙子(正明市1区)
☎22・1333
- 山根 武志(板持4区)
☎22・0139
- 西本美智子(大羽山区)
☎29・0264

あなたのやさしさを NHK海外たすけあい

海外の恵まれない人々に援助の手を差し延べる「NHK海外

たすけあい」を12月1日から25日の間実施します。

集められた義援金は、世界各地で多発する自然災害や紛争等による犠牲者の緊急救援および発展途上国赤十字社の行う保健衛生、災害対策事業等の開発協力に役立てることにしています。

義援金受付窓口は、郵便局、取扱表示のある金融機関、農業協同組合、漁業協同組合、NHK各放送局、日本赤十字社(支部・病院・血液センター)で行っております。みなさんのご協力をお願いいたします。

●問い合わせ

日本赤十字社山口県支部

☎083・922・0102

クレジット・サラ金 無料電話相談会

●とき 12/20(土)

1/17(土)

ともに10:00～16:00

●相談ダイヤル

☎0120・003・821

●相談内容

サラ金業者、クレジット会社、商工ローン等への返済や住宅ローンの返済に困っている債務者の方に、法的手続の紹介等のアドバイスをします

●問い合わせ 司法書士 月本

☎0836・37・0160

流行に備えて予防しましょう！

重症急性呼吸器症候群(SARS)

& インフルエンザ

なぜ予防が必要なの？

今年の春にアジアを中心に流行したSARSは、7月になってようやくおさまりをみせました。

しかし、SARSの原因となるSARSウイルスは気温が低くなる冬に活発になることが予想され、この冬、再びSARSが流行することが心配されています。

特に日本では、毎年冬になるとインフルエンザの流行がみられますが、インフルエンザとSARSは症状がよく似ているため、混乱が予想されます。今から予防に心がけ、元気にこの冬を乗りきりましょう。

SARSはなぜ問題となるの？

- 新しい感染症である
- 世界規模で流行する可能性がある
- 高齢者や糖尿病・心臓病などの病気を持っている人の致死率が高い

SARSになると

どんな症状が出るの？

- インフルエンザに似た次の症状が出ます。
- 突然、38度以上の高熱が出る
- 咳や息苦しさ(呼吸困難)などの呼吸器症状が出る

全身倦怠感、頭痛、筋肉痛、関節痛などを伴う

●下痢が多くみられる

SARSとインフルエンザの違いは？

症状はほとんど同じですが、鼻水やのどの痛みはSARSでは少なく、下痢はSARSで多くみられる症状です。

予防対策を万全に

- インフルエンザの流行時期にはできるだけ人混みに行かない
- 日頃から十分な栄養と休養をとり、抵抗力をつける
- こまめに手洗いやうがいをすることを徹底する
- 汚れた手で口や鼻、目を触らない
- インフルエンザの予防接種を受ける

気になる症状が出たときには

受診する前に、必ず長門健康福祉センターにお電話ください。医療機関を紹介します。

長門健康福祉センター

☎22・2811

SARS情報提供

山口県ホームページ

SARS関連情報コーナー

<http://www.pref.yamaguchi.jp/gyosei/kenko/07-01.htm>