こんにちは！保健婦です

かぜを早く治す方法

かぜは、だれでも毎年何回かは経験するごくありふれた病気です。でも、昔からかぜは万病のもとといわれ、油断すると思わぬシッペ返しをされることがあります。

では、かぜをひいてしまったらどうすればよいのか考えてみましょう。

㈠安静第一…かぜをひいてしまったら、なによりも安静にしてウイルスの力が弱まるのを待つのが一番です。暖かくして、ひきはじめにからだを休めましょう。

㈡汗を出そう…かぜをひいて熱があるときは、からだを暖め汗を出して熱を下げる方法もあります。

㈢ひきはじめは食べ物に注意

○食欲減退ぎみになるので、口あたりのよいものを選ぶ。

○消化のよいものを選ぶ。

○栄養価の高いチーズ、熱い牛乳、卵、野菜スープなどを多くとる。

㈣タバコは吸わない…のどの調子を一層悪くしますから、かぜを治りにくくします。

保育所入所受付

1月㉘㉙㉚日に行ないます

4月から保育所へ入所を希望する児童（現在入所中の児童を含む）をお持ちの保護者は、次の基準に注意して手続きをしてください。

入所基準

■児童の母親が、昼間家庭外で仕事をしている場合

■児童の母親が、昼間家庭で児童と離れて家事以外の仕事をしている場合

■死亡、行方不明などで、母親のいない家庭の場合

■母親が出産前後や病気のため児童の保育ができない場合

■児童の家庭に、長期にわたる病人や心身に障害のある人がいるため、母親がいつもその看護にあたっていて、児童の保育ができない場合

【ただし、いずれの場合でもその家庭内に母親以外の人がいて、児童の保育ができる場合は除かれます。】

申請用紙は、福祉保健課または各保育所に用意してあります。

詳しくは福祉保健課（内線47）へお問い合わせください。

受付日時・場所

保育所名	定員	期日	時間	場所
上堺保育所	100名	1月28日(水)	9:00～12:00	上堺会館
大総保育所	60名	1月28日(水)	13:30～16:00	大総会館
横芝第一保育所	140名	1月29日(木)	9:00～12:00	中央公民館
横芝第二保育所	90名	1月29日(木)	13:30～16:00	中央公民館
フタバ保育園	120名	1月30日(金)	9:00～12:00	中央公民館

窓口の記録

（11月21日～12月20日）

出生	11人	死亡	6人
婚姻	3件	離婚	1件
転入	26人	転出	29人

私も町民の仲間入り

出生児ご紹介

氏名	保護者	地区
藤井　一孝	吉　彦	東町2
今村　玲奈	友　光	中台
小池　綾	武	栗山2
伊東　知彦	宏　康	南
有田　卓正	明　正	T.C.C
並木　一泰	俊　郎	南川岸
佐藤　伸子	正　弘	上町4
小山　明菜	源　徳	上町4
斉藤　美咲	敏　郎	大島団地
小川　裕真	章　雄	遠山
田辺　敬和	孝　雄	大島団地

原爆被爆者二世健康診断を行います

日本公衆衛生協会では、原爆被爆者二世に対する健康診断を実施します。希望される方は、次の方法でお申し込みください。

■対象者　両親のどちらかが原爆被爆者である方

■実施期間　1月16日～2月14日

■申込期間　1月13日まで

■申込方法　郵便または電話

〒260－91　千葉市市場町1の1　千葉県衛生部保健予防課　住所・氏名・生年月日を記入　健康診断希望と明記

※詳しくは、当衛生部保健予防課（☎0472㉓2284）へ

昭和62年度看護学生募集

旭中央病院付属看護専門学校では、昭和62年4月入学の看護学生を募集しています。

■募集人員　奨学生40名（全日制3年課程）

㊟奨学生とは、卒業後旭中央病院に3年以上勤務する者で、月額三万円の奨学金が支給されます。

■受験資格

(1)高等学校を卒業している者又は同等以上の資格を有する者

(2)62年3月高校卒業見込みの者

(3)年令23歳未満

(4)男女は問わない（男子は、看護士として各分野に勤務）

■願書受付　1月6日～27日

■試験日　1月31日～2月1日

※詳しくは、旭中央病院付属看護専門学校（☎0479㉓6811内線2751～2753）

商工会伝言板

新春経済講演会

（どなたでも聴講無料）

1．とき　1月26日(月)午後1時～3時

2．ところ　商工会館2階ホール

3．テーマ　「本年の景気動向について」

4．講師　NHK経済部長　山香芳隆先生