

## 市民公開講座(無料)

開催時期…10月21日(土)

13時30分～16時30分

ところ…市民病院

リハビリテーション室

テーマ…「女性の健康を守る」

骨粗鬆症・乳がん・スキンケア

講師…市民病院医師(相谷・本後・笹木)

問合せ…☎63-2191まで

# 今月のお知らせ

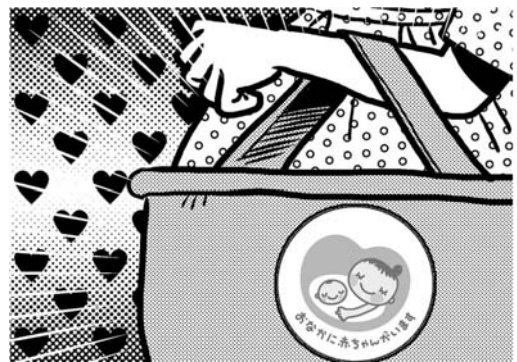
## Information

### マタニティマークをご存知ですか？

妊娠中は、ご家族を含めお母さんもおなかの赤ちゃんにとっても大事な時期です。

妊娠初期は、つわりや体調不良などの具合が悪くなることがあるものの、外見ではわかりにくく、周囲のひとたちの協力を得られにくい場合があります。

たとえば、電車やバスなど公共機関を利用した時に席を譲ってもらえないとか、近くでタバコを吸われることなどで自分からは言いだしにくい場面がいくつか出てくることもあると思います。妊婦さんにとっても、周りの人にとって



もいい環境がお互いにつくれば…

そんな思いから、マタニティマークが誕生しました。

笠岡市では、小さな命を守り、妊婦さんが快適な生活を送れるようにこのマークを使って「マタニティストラップ」を作成し、母子手帳交付時に配布しています。バックなどにつけている妊婦さんを見かけたら、市民の皆さんの優しい心遣いをお願いします。

問合せは

子育て支援課

☎21-322まで

### 平成18年秋季全国火災予防運動

この運動は、火災が発生しやすい時季を迎え、火災予防思想の一層の普及を図り、火災の発生を防止し、特に高齢者などの死傷事故や財産の損失を防ぐことを目的としています。

日頃から家庭内で防火・防災意識をもち、火の取り扱いは十分注意するよう心掛けましょう。皆様のご協力をお願いします。

期間：11月9日(木)～15日(木)

『消さないで』

あなたの心の

注意の火。』

(平成18年度全国統一標語)

11月9日は「119番の日」

火災・救急・救助の通報は局番なしの119番です。119番をダイヤルすると、係員が「火事ですか？救急ですか？」と問いかけ、後は住所や目撃物などを尋ねます。それに応じて落ち着いて教えてください。

119は、あわてず、

急がず、正確に！

火災の問合せ

テレホンサービス

☎0119

問合せは

消防本部予防課

☎7121まで

## 住宅防火

### いのちを守る7つのポイント

—3つの習慣・4つの対策—

#### 3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

#### 4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。