

＜11月10日～11月16日＞ アルコール関連問題啓発週間です

飲酒は、高血圧や糖尿病、肝臓・心臓などの病気、がん、アルコール依存症などの原因になります。

また、本人の健康問題だけでなく、飲酒運転や暴力、自殺などのリスクを高めます。アルコールが原因で起こるこれらの問題を「アルコール関連問題」と言います。

不適切な飲み方をしていると、健康を害したり、アルコール依存症になることがあります。この機会に、アルコールとの付き合い方を見直しませんか。

◆アルコール依存症に関する相談先◆

渡島総合振興局保健環境部保健行政室
健康推進課 健康支援係

ノロウイルスによる食中毒を 予防しましょう！

★ノロウイルス食中毒の予防ポイント★

①主な原因は調理者から食品への汚染です

- ☑ 日頃から健康状態に注意し、症状があるときは、食品を直接取扱う作業を行わないようにしましょう。
- ☑ 症状がなくてもウイルスを保有している可能性があります。日頃から手洗いなどの衛生管理をしっかり行いましょう。

②調理前やトイレの後は、手指の洗浄・消毒を行いましょう

- ☑ 手洗いの際は石けんを使用し、汚れの残りやすいところを丁寧に洗いましょう。

③食品の「加熱」、調理器具の「消毒」を徹底しましょう

- ☑ 食品は中心部が85～90℃、90秒以上の加熱調理を行いましょう。
- ☑ 調理器具は熱湯や塩素系消毒剤などで消毒しましょう。

◆お問い合わせ先◆

渡島保健所生活衛生課食品保健係

「eLTAX (エルタックス)」を ご利用ください

「eLTAX (エルタックス)」は、インターネットを利用して地方税の手続き（申告・申請・納付など）を行うことができる地方税のポータルシステムです。

オフィスや自宅のパソコンから簡単・便利に地方税の手続きができます。

「eLTAX (エルタックス)」のお申し込み手続きや詳しい情報については、ホームページをご覧ください。

■ホームページ

<https://www.eltax.lta.go.jp/>

◆お問い合わせ先◆

渡島総合振興局課税課事業税間税係
☎0138-47-9441

戦没者遺児による慰霊友好親善事業 の参加募集について

日本遺族会では、先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象に、旧戦域を訪れ、慰霊追悼、地域住民と友好親善をはかるため参加者を募集しています。

なお、この事業は令和7年度をもって終了となり、最後の実施となりますので、ぜひご参加ください。

日程などの詳細は日本遺族会事務局へお問い合わせください。

◆お問い合わせ先◆

日本遺族会事務局 ☎03-3261-5521

医療法人社団 幸智会 小笠原クリニック

理事長・院長 小笠原 実

〒049-1454 松前郡福島町字館崎350番地27 TEL: 0139-48-5231 FAX: 0139-48-5232

●内科・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30～12:30	○	○	○	○	○	○
14:00～17:00	○	○	訪問診療	○	○	

*第2、第4土曜日は休診

*受付時間は 8:00～12:00
13:30～16:30