

**6月1日～6月7日  
はHIV検査  
普及週間です**

HIV検査普及週間にあたり、夜間検査を実施します。

■日時 6月6日(金)  
午後4時～9時

■場所 栃木県庁小山庁舎2階

■内容 ①HIV抗体検査  
②梅毒抗体検査③性器クラミジア抗原検査④淋菌抗原検査⑤B型肝炎ウイルス⑥C型肝炎ウイルス

■検査結果

①②は即日。③～⑥は1週間後以降に対面通知

■検査費用 無料

※感染が疑われる出来事があった日から、12週間以上経過していることが必要です。

※相談は随時受付。

※毎週水曜日(受付午後1時～2時)にHIV検査・性感染症検査を行っています。

■問い合わせ先

県南健康福祉センター 感染症予防担当

☎(22)1219

**献血にご協力ください**

■日時 6月4日(水)  
午後1時～4時  
※今回は全血献血のみです。

■会場 石橋公民館

献血方法	全血献血	
	200mL 献血	400mL 献血
献血量	200mL	400mL
年齢	16歳～69歳	男性：17～69歳 女性：18～69歳
体重	男性 45kg 以上 女性 40kg 以上	男女とも 50kg 以上

※65歳以上の方は、60～64歳までの間に献血経験のある方に限ります。

■問い合わせ先

健康増進課

☎(52)1116

**不正けし撲滅運動  
にご協力ください**

けしの仲間には法律で栽培が禁止されているものがあります。

昨年、県南地区で確認された不正けしは約2,000本で、「アツミゲシ(セテイゲルム種)」と「ケシ(ソムニフェルム種)」がありました。

不正けしがご家庭に自生した場合は、抜き処分してください。また外で不正けしを見かけたり、鑑別に迷ったときは県南健康福祉センターにご連絡ください。

種類	ケシ	アツミゲシ
草丈	100～160cm	50～100cm
茎の特徴	無毛であり、あっても極めて少ない	あっても極めて少ない
葉の色	キャベツの様な白緑色	白緑色
葉の特徴	①ふちはノコギリの様に不規則なギザギザ ②柄がなく、茎を包み込んでいる	①葉の切れ込みがやや深い ②葉の大きさがケシよりも小型
花の色	赤、桃	薄紫
花びら	4枚、八重	4枚

■問い合わせ先

県南健康福祉センター

☎(22)6119

**教室・講座**

**食生活ボランティア  
ヘルスマイト  
(食生活改善推進  
員)養成講座**

ご家庭や地域で食生活を応援してくれるボランティアを募集します。子どもの頃からのバランスのとれた食事と定期的な運動習慣が生活習慣病予防の鍵になります。市では健康づくりサポーター「ヘルスマイト(食生活改善推進員)」が地域で活躍し、様々な健康づくりに協力しています。

主な活動は、市保健事業(男性の料理教室、子どもの食育教室等)への協力、健康教室の開催、地域での減塩の啓発、独居高齢者招待事業への協力等です。

あなたも養成講座に参加してみませんか。

■対象者 下野市民

男性の参加もお待ちしています!

■会場 (開講式・閉講式)

ゆうゆう館 大ホール

■持ち物 テキスト代1,000円、筆記用具、その他参加教室により異なります

※講座終了後、会員として活動していく際には年会費1,000円がかかります。

■定員 約30名

■申込締切 6月19日(木)

■講座日程・内容

日時	内容
6月26日(木) 午前9時30分～正午	・開講式 ・下野市食生活改善推進協議会の活動紹介 ・食品衛生について
6月～平成27年2月	市で行う健康教室や食生活改善推進協議会の勉強会等に参加していただき、食事バランスや運動について学びます。(詳細は6月26日に説明します。)
2月5日(木) 午前9時30分～正午	・食事バランスガイドについて ・閉講式

■申し込み・問い合わせ先

健康増進課

☎(52)1116