

### 県営住宅入居者募集について

募集対象団地及び募集戸数など詳細については、募集案内書をご覧ください。

- 募集案内書配布期間 2月18日(金)～3月7日(月)
- 申込受付期間 2月25日(金)～3月7日(月) (申し込み手数料は不要)
- 募集案内書配布場所 県内の各市役所及び町村役場など
- 問い合わせ先 福岡県住宅供給公社県営住宅管理部管理課 TEL 092-781-8029

### 中津ファビオラ看護学校 看護学科 2次入試募集

- 試験科目 学科試験、小論文、グループ討議
- 募集人数 若干名
- 修業年限 3年間(昼間定時制)
- 試験日 2月26日(土)9:05開始(受付 8:40～8:55)
- 願書受付 2月22日(火)[必着]
- 場 所 中津ファビオラ看護学校
- 合格発表 3月1日(火)10:00
- 問い合わせ先 中津ファビオラ看護学校 TEL 24-7270 (〒871-0162 中津市大字永添2110番地)

### 「緑の教室」の受講者募集

福岡県緑化センターでは、庭木の育て方や庭作りの基礎知識などを学べる「緑の教室」を開催します。

- 対 象 福岡県内に在住で、年間を通じて出席できる方
- 日 時 4～12月(5月を除く)の原則第3または第4日曜日(全8回)
  - ①午前の部 9:30～12:00 ②午後の部 13:30～16:00
  - ③動画受講(①または②に録画されたものを後日視聴)
- 場 所 福岡県緑化センター
- 定 員 (1)①、②ともに25名×2班(計100名) (2)③30名 ※応募多数の場合は抽選
- 参加費 無料
- 申込締切 3月18日(金)※当日消印有効
- 受講者の決定 4月1日(金)までに通知
- 申込方法 ※電話不可
  - (1)ハガキ、ファックス、緑化センターホームページ専用申込フォームのいずれか (<https://www.ryoku-cen.net/>)
  - (2)記載事項:郵便番号、住所、氏名、電話番号、ファックス番号、希望グループ(①～③のいずれか)
- 申し込み・問い合わせ先 福岡県緑化センター「緑の教室」係 ※月曜日休館 〒839-1213 久留米市田主丸町益生田1125 TEL 0943-72-1193 FAX 0943-72-1558

### 豊前築上医師会看護高等専修学校 准看護学生 3次募集

准看護師試験合格率100%です!

- 受験資格 中学校卒業(見込)以上 ※年齢制限なし
- 試験科目 国語(読み書き)・作文・面接
- 募集人数 30名
- 修業年限 2年
- 試験日 2月19日(土)
- 願書受付 2月18日(金)[必着]
- 奨学金制度 豊前築上医師会奨学金ほか ※詳細はお問い合わせください。
- 問い合わせ先 豊前築上医師会看護高等専修学校 TEL 82-0607 (〒828-0021 豊前市八屋1522-2)

### 福岡県公衆衛生医師募集

福岡県保健福祉環境事務所などで、保健・医療・介護施策の企画立案に携わる医師を募集します。

- 採用予定数 3名
- 選考方法 面接試験、小論文評定など
- 受付期間 随時
- ※業務内容、応募要件、採用時期、申込方法など詳しくはお問い合わせください。
- 問い合わせ先 福岡県保健医療介護総務課 TEL 092-643-3237

### 職業訓練講座の開講のお知らせ

- 場 所 豊前地域職業訓練センター (豊前市大字八屋1926番地)

#### 【アーク溶接特別教育】

- 訓練期間 3月11日(金)～13日(日)
- 受講料 15,700円 ※別途テキスト代 1,100円
- 定 員 20名

#### 【職長・安全衛生責任者教育】

- 訓練期間 2月19日(土)、20日(日)
- 受講料 10,470円(職長のみ)または11,510円 ※別途テキスト代 880円(職長のみ) または1,540円
- 定 員 20名

#### 【フォークリフト運転技能講習】

- 訓練期間 3月7日(月)～10日(木)
- 受講料 20,900円(大型特殊免許所有) または33,000円(普通免許所有) ※別途テキスト代 1,650円
- 定 員 20名

※各講座とも定員になり次第締め切ります。

- 申し込み・問い合わせ先 豊前地区職業訓練協会 TEL 82-1511

### 保健師だより

## 脳卒中、予防の第一は血压管理

日本人の死亡原因の上位に脳血管疾患があります。その代表例として挙げられるのは脳卒中です。脳卒中は、脳に血液が流れなくなることによって脳の神経細胞が壊死する病気全般を示す言葉です。原因によって「脳梗塞」「脳出血」などに分類されます。



### この脳卒中、冬場に起こす人が増える傾向があります!

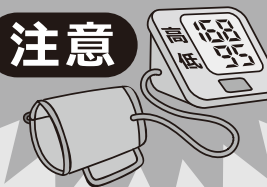
寒さに交感神経が刺激され、血管が収縮し、血压が普段より上昇しやすくなるのが大きな理由の一つです。これを防ぐために大切なことは、普段から血压を正常値に保つことです。

#### 高血压の診断基準

病院の診察室での血压	140 / 90mmhg以上
家庭での血压	135 / 85mmhg以上

## 高血压

注意



脳卒中の「卒中」とは「突然起こる」という意味です。「元気に過ごしていた人がある日突然倒れた」という話を聞いたことはありませんか。症状は「突然起こり」ますが、体の中はそれまでにじわじわと悪い変化が積み重なってきています。

血压が高くても症状はほとんどありませんが、血管は高い血压に破れないように、どんどん硬くなっていきます。この「硬くなる」は「丈夫になる」ということではありません。輪ゴムを想像してみてください。硬くなると伸び縮みしなくなり、劣化して切れやすくなります。血管も同じです。

硬くなった影響がまず出るのは細い血管ですが、細い血管が人体で最も多くあるのは脳です。脳の血管は太くて3mm、最も細い血管で0.3mmしかない上に、多くの脳細胞に血液を送るため、直角に曲がったりUターンしたりという複雑な構造になっています。車がスピードを上げたら細い道ほどカーブを曲がれないように、血压が高ければ血液は細い血管を突き破ってしまいます。こうして脳出血は起こります。

- 問い合わせ先 子ども未来課 町民健康係 TEL 72-3127(内線226)

### 目標血压は 130 / 80mmhg未満

普段から血压を測ること、血压が高ければ減塩や減量などの生活改善を図ること、それでも下がらなければお薬での治療をお勧めします。生活改善も服薬治療も、早い時期に取り組むことで良い効果が出やすくなります。



### 児童の虫歯予防処置 「シーラント」のお知らせ

初めての永久歯(6才臼歯)を虫歯から守るため、虫歯になりやすい奥歯の溝を薄いプラスチックの膜で覆う「シーラント」を行います。希望される方はお申し込みください。



- 日 時 3月5日(土)13:30～15:00 (1人につき10分程度 予約制) ※当日は歯みがきをしてきてください。
- 場 所 げんきの杜 保健指導室
- 対 象 者 6才臼歯が生えている小学生で、シーラントを4本完了していない児童
- 費 用 無料
- 締め切り 2月28日(月)

- 申し込み・問い合わせ先 子ども未来課 町民健康係 TEL 72-3127(内線226)