

後期高齢者医療制度 の運営に関する『運営 懇談会』委員の公募

【町民課老保年金係 内線134
県後期高齢者医療広域連合総務課
☎017(721)3821】

◎職務：後期高齢者医療制度の運営に関する意見・提案を行います。

◎任期：委嘱の日から2年間

◎応募資格：県内在住の40歳以上で、平日昼間青森市での会議に出席できる人

◎募集人員：8人(応募者の中から選考により決定)

◎応募方法：応募用紙及び「後期高齢者医療制度に関する意見(400字程度)」を提出

◎応募期間：9月1日(木)～22日(木)

生肉による食中毒を 予防しましょう!

【五所川原保健所 ☎34-2108】

富山県などでユッケ(生の牛肉)を食べた人が腸管出血性大腸菌O111に感染し、死亡する事件が発生しました。生肉は、微生物に汚染されている可能性があります。次のことに十分注意してください。

- ◎肉を切った包丁、まな板は十分に洗浄・消毒してください。
- ◎肉を焼くときは、生肉用の箸と食べる箸とを使い分けましょう。
- ◎肉を焼くときは、中心部まで十分加熱しましょう。(75℃で1分以上)
- ◎高齢者や子どもなど抵抗力の弱い人が生肉を食べるのは危険です。
- ◎すぐに食べない食品は冷蔵庫で保存しましょう。

洗濯機をご愛用の皆さまへ 指を大けがする事故にご注意を

【日本電機工業会 ☎03-3556-5887】

洗濯・脱水槽が確実に停止してから洗濯物を取り出してください。
完全に止まる前に取り出そうとすると、衣服が指にからまり、大けが(ときには指を切断)します!! ゆっくりした回転でも危険です。

◎謝礼など…会議1回の出席につき謝礼5,000円と交通費を支給
*ホームページ <http://www.aomori-kouikirengou.jp/>

なかどまり 119

普通救命講習Ⅱ

(AEDを含む心肺蘇生)の受講者募集のお知らせ!

9月9日「救急の日」を含む

9月4日～9月10日までは、救急医療週間です。この期間中、中里消防署では町民を対象に心肺蘇生法(人工呼吸・心臓マッサージなど)を学んでもらうため、普通救命講習Ⅱを開催します。

町では、多くの公共施設にAED(自動体外式除細動器)が設置されています。もしもの事態に備えるため、この機会に個人やグループで救急法を覚えてみませんか?

4時間の講習終了後、普通救命修了証が交付されます。お気軽にご参加ください。

『あなたの勇気が
大切な命を救います!』



▲胸骨圧迫(心臓マッサージ)

▼AEDを使用した心肺蘇生法



▲AED(自動体外除細動器)

①講習日時

9月9日(金)「救急の日」

13時～17時(4時間)

②講習場所

中里消防署

③申込方法

受講希望者は中里消防署へ電話もしくは直接お申込みください。(氏名・生年月日・町内名・連絡先をお知らせください)

※受講料などは一切かかりません

※申込は8月23日まで

◎申込先：中里消防署救急係

熱中症に「注意を！」

今年も暑い夏がやってきました。仕事やスポーツやレジャーなど、また湿度が高くジメジメしているなど、汗をかく日が続いていると思います。このようなときに注意しなければいけないのが熱中症です。熱中症にならないために、次のことを心掛けましょう。

●熱中症にならないために：
①体調を整える

②通気性のよい服を着る

③外出時は帽子をかぶる

④喉が渇いたと思う前に、スポーツドリンクなどで水分補給をする

●熱中症になっちゃったら：
①涼しい日陰やクーラーの効いた室内などに移動する

②衣類を緩めて休む

③水や冷たい水で冷やしたタオルを手足や脇の下に当てる。ない場合は、うちわや衣服などでおおぎ、風を送って冷やす

④汗によって失われた塩分も補給する必要があるため、スポーツドリンクなどを少しずつ何回かに分けて飲む



中里 ☎(57)3920
小泊 ☎(64)3748

むし歯のない子の紹介

3歳児健診にて

(7月14日実施)

- ①口頃むし歯をつくらないうよう
気をつけていることは?
- ②わが子の自慢できることは?

古川 瑠海ちゃん(宮川)

- ①毎日のフッ素スプレー。毎食後の仕上げみがき
- ②とても活発です



長利 京征ちゃん(宮野沢)

- ①仕上げみがき
- ②元気なところ



古川 結栞ちゃん(宮野沢)

- ①夜の仕上げみがきとフッ素スプレー
- ②笑顔と優しいところ



赤石 徠翠ちゃん(宮野沢)

- ①仕上げみがきしてます
- ②活発なところ



沖崎 永遠時ちゃん(上高根)

- ①フッ素でみがいてます
- ②元気のいいところ



太田 結ちちゃん(下高根)

- ①仕上げみがきとフッ素
- ②元気で明るいところ、何でも食べる



奈良 蓮華ちゃん(今泉下)

- ①食べたあとのうがい
- ②誰にでも人なつっこい



平山 智陽ちゃん(今泉下)

- ①歯みがき
- ②やさしい子です



小林 寿凧ちゃん(新町)

- ①仕上げみがきをする
- ②車の名前をたくさん知っている



今年度最後の健診です

〜1年に1度は健診を受けましょう〜

とき：8月28日(日)
ところ：中里保健センター
受付時間：午前7時〜8時30分
受けられる健診
特定健康診査・胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診
申込先：中里・小泊保健センター
申込締切日：8月16日(火)
今年度、健康診査を受診されていない人及び申込をしていない人はご連絡ください。

予防接種受けましたか

麻しん風しん・ジフテリア・破傷風(2種混合)の対象者の人で、まだ予防接種を受けていない人は、夏休みなど長期の休みを利用して接種するようお願いいたします。

なお、麻しん風しん3期・4期、ジフテリア・破傷風(2種混合)の対象者には、4月に保健センターから予防票が送付されています。

紛失された人は各保健センターにご連絡ください。また持病などの理由で町委託医療機関以外での接種を希望する場合は、各保健センターに必ず連絡してください。

【麻しん風しん接種対象者】

- 1期：満1歳〜2歳
- 2期：就学の前年
- 3期：中学1年生に相当する年齢
- 4期：高校3年生に相当する年齢

【ジフテリア・破傷風(2種混合)の対象者】

小学校6年生に相当する年齢

中泊町の行事カレンダー

8 月			9 月		
16	火		1	木	11:00~ 戦没者追悼式(中央公民館横慰霊碑前)
17	水		2	金	
18	木		3	土	
19	金	10:00~ 高齢者教室(中央公民館)	4	日	11:00~ 町民フリーマーケット&特産品フェア(パルナス)
20	土		5	月	10:00~11:30 運動教室(中央公民館) 13:00~ ポリオ予防接種(中里保健センター)
21	日		6	火	9:00~12:00 北光寿大学野外レクリエーション (下前ライオン公園グラウンド)
22	月		7	水	10:00~ あんよセラピー(小泊地域子育て支援センター)
23	火		8	木	12:15~ 3歳児健診(中里保健センター) 13:20~ 65才からの笑顔講座(パルナス)
24	水	14:30~16:30 運動教室(中央公民館)	9	金	10:00~ 高齢者教室(中央公民館)
25	木	13:00~ 乳児健診(中里保健センター)	10	土	袴腰岳登山講座(中央公民館)
26	金	10:00~ 機能訓練教室(中里保健センター)	11	日	
27	土		12	月	
28	日	7:00~8:30 特定健診・胃がん・肺がん・大腸がん・ 前立腺がん検診(中里保健センター) 9:00~ 消防団定期観閲式(パルナス駐車場)	13	火	13:00~14:00 健康相談(小泊保健センター) 15:00~16:00 健康相談(すくすくしたまえ館)
29	月		14	水	
30	火		15	木	12:15~ 1歳6か月児健診(中里保健センター) 13:30~15:30 北光寿大学・ふれあい学習室フラワアー レンジメント(日本海漁火センター)
31	水				

沢田 翔子(花丘町)
 増田 緑(つがる市)
 成田 優羽希(小泊派立)
 草刈 淳之助(弘前市)
 桑原 唯(階上町)
 川島 直之(田茂木)
 野村 恵(若葉町)
 加藤 融(栃木県)
 小野 敦子(上高根)
 奈良 勉(板柳町)
 成田 明日香(尾別)
 永田 英明(鶴田町)
 中島 千恵美(五所川原市)
 坂本 譲太(田茂木)
 田浦 香織(つがる市)
 三上 修矢(今泉上)



結婚おめでとうです

佐藤 夢音(女・鉄也)小泊派立
 米塚 鉄生(男・孝志)下豊岡
 菊池 遙(男・晃扶)深郷田上
 五十嵐 叶(男・継)派立上



誕生おめでとうです

戸籍の窓口

(6月届出分)

人のうごき

6月末現在(前月比)

人口	13,221人(-13)
男	6,268人(-5)
女	6,953人(-8)
世帯数	5,161戸(+8)
出生	4 / 死亡 12
転入	18 / 転出 23

三浦 夕ニ(若葉町)
 松岡 直市(新町2)
 工藤 鐵雄(新町2)
 龍野 勝太郎(下前中)
 太田 タエコ(入舟)
 鈴木 幸七(五林)
 荒関 トキ(尾別)
 長利 カツエ(上高根)
 奥谷 マツエ(薄市上)
 山谷 金清(薄市上)
 葛西 勝(折戸)



お悔やみ申し上げます

須藤 美由紀(五所川原市)
 成田 利(下前浜)
 升田 麻美(上町)
 武田 亮太(大阪府)
 大澤 真由美(上町)
 葛西 武士(五所川原市)
 大佛 智美(群馬県)
 成田 勝(折戸)