



中里 ☎(57)3920
小泊 ☎(64)3748

むし歯のない子の紹介

1歳6か月児健診にて
(6月13日実施)



三上凜子ちゃん
(宮野沢)



成田乃苺ちゃん
(宮野沢)



佐野心柊ちゃん
(宮野沢)



外崎香豊ちゃん
(宮野沢)



荒関彩星ちゃん
(派立下)



外崎 滯ちゃん
(田茂木)



葛西天翔ちゃん
(芦野)



片山煌心ちゃん
(富野)



大川真子ちゃん
(富野)



佐藤あいみちゃん
(大沢内)



木村柚姫ちゃん
(大沢内)



角田莉音ちゃん
(新町2)



磯野海桜梨ちゃん
(新町2)



江良徠斗ちゃん
(今泉下)



高橋梨花ちゃん
(今泉上)

油断大敵!! 食中毒

気温・湿度が共に高いこの時期は、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になり、食中毒が発生しやすくなります。食中毒は家庭でも発生します。食中毒を防ぐのは、食材を選び、調理する私たち自身です。毎日のちょっとした心がけで食中毒を防ぎましょう。

食中毒予防の3原則

- ① につけない!
- ・手、調理器具はいつも清潔に!
- ・調理器具やフキンは細目に消毒を
- ・肉や魚から出た汁は他の食品につけない

- ② 増やさない!
- ・要冷蔵・冷凍食品は、すぐに冷却、素早く解凍する
- ・冷蔵庫に食品を詰め過ぎない
- ・調理済みの食品は、長時間室温に置かない

- ③ やつつける!
- ・食品の中までしっかりと火を通す
- ・温め直す時もしっかりと加熱を
- ・食中毒になると、嘔吐や下痢を伴うことがあります。自己判断で服薬したりせず、早めに受診しましょう。また汚物の処理は適切に行い、二次感染を防ぎましょう。

食生活改善推進員会からのお知らせ

食生活改善推進員会では次のとおり減塩教室を行います。高血圧や減塩食を学びたい人にお勧めです。一緒に減塩について学んでみませんか?
○日 時：9月6日(金)

個別健診に関するお知らせ

町委託医療機関より、休診のお知らせがありました。
【乳がん検診】
中村整形外科医院：休診7月22日～9月23日
【子宮がん検診】
エルム女性クリニック：休診7月22日(開始時期未定)
乳がん・子宮がん検診は、国の指針で2年に一度(偶数年)の健診を推奨しています。計画的に受診するようにしましょう。
※8月25日(日)は今年最後の健診です!!
年に一度は健診を受けて、自分の健康状態を確認しましょう。

まちのイベントカレンダー

8 月			9 月		
16	金		1	日	
17	土		2	月	9:00~12:00 健康相談 10:00~11:30 運動教室(中央公民館)
18	日		3	火	
19	月	9:00~12:00 健康相談 10:00~11:30 運動教室(中央公民館)	4	水	
20	火	10:00~12:00 心の相談(保健センター)	5	木	12:15~ 3歳児健診(中里保健センター)
21	水		6	金	9:30~13:00 減塩教室(中里保健センター)
22	木		7	土	
23	金		8	日	13:00~ 総合防災訓練(小泊地域) 13:00~ 町民映画会「明日に架ける愛」(パルナス)
24	土		9	月	9:00~12:00 健康相談
25	日	7:00~8:30 がん検診(胃・肺・大腸・前立腺)・ 特定健診(中里保健センター)	10	火	
26	月	9:00~12:00 健康相談	11	水	10:30~12:30 献血(小泊保健センター前) 13:30~16:30 献血(小泊漁業協同組合前) 14:30~16:30 運動教室(中央公民館)
27	火		12	木	12:30~12:45 1歳6ヶ月児健診(中里保健センター)
28	水		13	金	高齢者教室(バス遠足)
29	木	11:00~ 戦没者追悼式(中央公民館慰霊碑前) 乳児健診(中里保健センター)	14	土	
30	金		15	日	9:00~ こどもり新鮮朝市(おまつり広場)
31	土				

佐藤 ミツエ 88 (大沢内)
 斉藤 フヂエ 94 (派立中)
 塚本 ミエ 91 (下豊岡)
 木元 賢逸 80 (田茂木)
 木村 キユ 88 (上高根)
 工藤 定信 87 (薄市下)



木村 ほたる (大沢内)
 小島 翔 (茨城県) (5月届出分)

葛西 久美子 (尾別)
 坂本 裕基 (つがる市)
 三上 裕美子 (岩手県)
 成田 桂一 (薄市上)



小野 向日葵 (女・真樹志) 五林



戸籍の窓口 (6月届出分)

長利 傳 76 (芦野)
 佐々木 ミツ 87 (下高根)
 中村 トシエ 87 (尾別)
 小山内 ちよし 95 (今泉上)
 外崎 甚之丈 93 (宮野沢)
 加藤 ヨソ 94 (下豊岡)
 阿部 八重子 71 (深郷田下)
 中村 嘉久 59 (尾別)
 外崎 富士香 44 (派立中)
 越野 継夫 76 (浜町)
 加納 吉雄 83 (上町)
 赤石 次雄 78 (下前中)
 橋本 直敏 74 (上町)
 工藤 宏二 84 (入舟)

人のうごき

6月末現在(前月比)

人口 12,581人(-20)
 男 5,942人(-14)
 女 6,639人(-6)
 世帯数 5,181戸(+6)
 出生 1 / 死亡 23
 転入 17 / 転出 15