

## 健康カレンダー

月日	時間	事業名	場所
7月10日(火)	10:00～12:00	アクアビクス	Jヴィレッジ
7月12日(木)	(受付)13:00～13:20	2才児歯科健診	保健センター
7月17日(火)	10:00～12:00	アクアビクス	Jヴィレッジ
7月18日(水)	9:30～11:30	健康相談	保健センター
	13:30～15:30	機能訓練	
7月20日(金)	10:00～13:30	ヘルスアップ教室	保健センター
7月24日(火)	10:00～12:00	アクアビクス	Jヴィレッジ
7月25日(水)	10:00～13:30	親子わくわく教室	保健センター
7月26日(木)	9:30～11:30	げんキッズ	保健センター
7月27日(金)	10:00～13:30	親子わくわく教室	保健センター
7月31日(火)	10:00～12:00	アクアビクス	Jヴィレッジ
8月1日(水)	(受付)	総合検診	保健センター
8月2日(木)	8:00～10:00		
8月3日(金)	10:00～13:30	親子わくわく教室	保健センター
8月5日(日)	(受付) 8:00～10:00	総合検診	保健センター
8月6日(月)			
8月7日(火)			
8月8日(水)	9:30～11:30	げんキッズ	幼稚園
	(受付)13:00～13:20	BCG予防接種	保健センター
8月9日(木)	(受付)13:30～13:20	10～12ヶ月児検	保健センター
8月10日(木)	10:00～13:30	はつらつ寺子屋	保健センター

## 歯周病セルフチェック (✓)

- 口の中がネバネバ
- 口臭がある
- 歯と歯の間に食べ物がよくはさまる
- 歯がしみる
- 歯を磨くと出血する

※ひとつでもあてはまるものがあたら要注意！  
すぐ歯科医に相談しましょう。



### 歯と歯ぐきにやさしいレシピ

#### 切り干し大根の じゃこドレッシング

#### 材料(4人分)

- 切り干し大根…40g
- オクラ…60g
- プチトマト…100g

- ちりめんじゃこ…20g
- サラダ油…大さじ2
- 酢…大さじ2
- しょうゆ…大さじ1
- だし汁…大さじ2

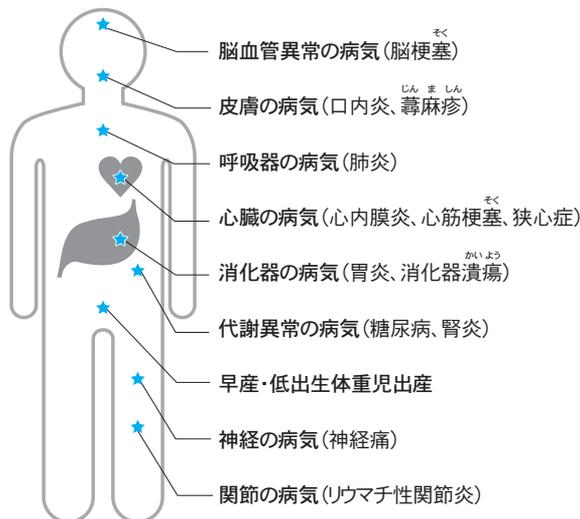
#### 作り方

- ① 切り干し大根は水につけもどし、水気をきって熱湯で5分ゆでざるにとり、冷ます。
- ② オクラはゆでて水を切り、薄く切る。
- ③ プチトマトはヘタをとり、半分に切る。
- ④ フライパンに油を熱し、ちりめんじゃこを入れてカリカリになるまで炒める。
- ⑤ ボールに①～④、調味料をいれあえる。

## 豆知識 噛むことの8大効果 「ひみこの歯がーぜ」

- ひ** 肥満防止
- み** 味覚の発達
- こ** 言葉の発音がはっきり
- の** 脳の発達
- は** 歯の病気の予防
- が** がん予防
- い** 胃腸の働きを促進
- ぜ** 全身の体力向上

### 《歯周病やむし歯がひきおこす病気》



## 総合検診を受けましょう

検診項目	検診内容
結核検診	レントゲン撮影
肺がん検診	レントゲン撮影
婦人健康診査	採血・血圧・採尿など
基本健康診査	採血・血圧・採尿・心電図・眼圧など
肺炎ウイルス検査	血液検査
胃がん検診	透視
大腸がん検診	便潜血反応検査
前立腺がん検診	血液検査
口腔健康診査	レントゲン撮影
骨粗鬆症検診	足の骨密度測定

検査日及び  
受付時間 8月1日・2日・8月5日～7日  
午前8時～10時

※詳しくは回覧をご覧ください。

お問い合わせ先 広野町保健センター ☎ 27-3040

# くらしの 情報

## ●町のすがた●

世帯数 1,869世帯  
 総人口 5,599人  
 (男) 2,781人  
 (女) 2,818人

## ●人のうごき●

転入 18人  
 転出 14人  
 出生 6人  
 死亡 3人

平成19年5月31日現在



## こんにちは赤ちゃん

名前	親	住所
渡邊 樹里	洋伸	広洋台
黒田 遥香	典久	折木
西野 優心	慶久	広洋台
日下 怜愛	明則	下北迫
高木 翠	竜也	下浅見川
鈴木 美乃里	憲生	広洋台
伊原 希美	典和	上北迫
氏家 優杏	正弘	広洋台
遠藤 聖斗	直人	折木

(出生届出は14日以内に) 【5月16日～6月15日】届出

『こんにちは赤ちゃん』掲載内容(親の欄)は、通常戸籍届出人を記載しておりますが、6月号掲載分で世帯主での掲載依頼がありましたので修正いたします。関係者の皆様に大変ご迷惑をおかけしました事をお詫び申し上げます。



## おくやみ申し上げます

名前	享年	住所
渡邊 美榮子	89歳	折木
北郷 忠	90歳	上浅見川
大須賀 忠雄	84歳	中央台

(死亡届出は7日以内に) 【5月16日～6月15日】届出



## おめでとうお幸せに

根本 忠幸	}	上北迫
山口 奈緒		
佐々木 吉男	}	下浅見川
三浦 良子		
高木 孝治	}	上浅見川
渡邊 久美子		

【5月16日～6月15日】届出

\*個人情報保護に基づき許可を得た方のみ掲載しています。

7月が納期の町税は  
 ■固定資産税(2期)  
 ■国民健康保険税(1期)  
 納期限 7月31日(火)  
 納期内の納税に心がけてください。

## ●休日当番医●

7月8日(日)	双葉病院	☎32-2191(大熊)
7月15日(日)	富岡クリニック	☎21-0333(富岡)
7月16日(月)	鈴木医院	☎31-0131(大熊)
7月22日(日)	根本医院	☎28-0300(広野)
7月29日(日)	富岡中央医院	☎22-6560(富岡)
8月5日(日)	水谷消化器科外科医院	☎22-3415(富岡)

## ●休日歯科当番医●

7月8日(日)	新妻歯科医院	☎32-7856(大熊)
7月15日(日)	西原歯科クリニック	☎35-1599(浪江)
7月16日(月)	宮嶋歯科医院	☎22-5877(富岡)
7月22日(日)	山形歯科	☎34-4315(浪江)
7月29日(日)	穴田歯科医院	☎22-3522(富岡)
8月5日(日)	山村デンタルクリニック	☎34-3110(浪江)

## ●水道修理当番店● 広野営業所 ☎28-0911

7月6日～9日	(有)吉田鉄工所	☎27-3241
7月10日～16日	(有)山忠設備工業	☎27-3311
7月17日～23日	北陽管工(有)	☎27-3419
7月24日～30日	(有)吉田鉄工所	☎27-3241
7月31日～ 8月6日	(有)山忠設備工業	☎27-3311