

第63回成人式

町民みんなで9名の成人を祝福し、激励しよう

- 日時 8月15日(水) 午前9時30分より
- 場所 活性化センター
- 内容
 - ・町長式辞、来賓祝辞等
 - ・一人ひとりの二十歳宣言
 - ・家族からのビデオレター

●講演とライブ 「いのち・食・農に生きる」
すがいともお
 須貝智郎 (百姓シンガーソングライター)

成人式には町民だれもが参加できます。多くの方の参加をお待ちしています。

親子映画鑑賞会

楽しい映画を親子で見よう

今年も夏の親子映画鑑賞会を実施いたします。今年は町内2ヶ所で実施いたしますのでたくさんのご参加お待ちしております。

- 日時 8月20日(月) 午後6時30分～
- 日時 8月21日(火) 午後6時30分～
- 場所 活性化センター
- 場所 湯原コミュニティセンター

わんぱく探検スクール②「通学合宿」

通学合宿で生きる基本を学ぶ

7月1日(日)～5日(木)にかけて、峠田公民館に寝泊まりしながら学校に通う通学合宿が行われました。子どもたちは、掃除、料理の準備、食器洗い、身の回りの整理整頓などを自分たちの力だけで行い5日間を過ごしました。

家では家族がやってくれるようなことを通学合宿では全て自分たちでやらなくてはいいけません。大人でもこれだけのことを日常的にするのは難しいのに、子ども達だけでこれだけの生活を送るのはすごいことだと思います

通学合宿の目的は学校では教わらない生きる基本を学ぶことです。今回学んだことは、日々の暮らしで活かされていることでしょう。



食中毒に注意しましょう！

宮城県石巻市の海水温の測定により、平均海水温が19℃を超えると予想されるため、「魚介類による腸炎ビブリオ食中毒注意報」が発令されました。

■症状

- ・食後4～96時間で、激しい下痢、腹痛などをおこします。
- ・夏に多発します。
- ・高齢者は、症状が重くなることがあるので注意が必要です。

■原因になりやすい食品

- ・魚介類の刺身や寿司など
- ・生の魚介類に使った包丁で切った、サラダや漬物などの食品

■予防

- ・冷蔵庫の扉はできるだけ開閉を少なくして庫内の冷気を逃がさないようにするとともに、食品を入れるのは冷蔵庫の7割以下にしましょう。
- ・生の魚を冷蔵庫で保存するときは、ラップなどをかけるか、ふたのある容器を使用しましょう。
- ・魚介類を調理する場合、水道水の流水で表面をよく洗浄し、内臓を取ったあと十分に洗浄しましょう。
- ・魚介類を調理したら、まな板などの調理器具は洗剤を使って十分に洗浄し、熱湯等で消毒しましょう。また、手は石けんを使って十分に洗浄しましょう。
- ・加熱調理する食品は十分に熱をとしましょう。

お知らせ

■健康相談

お子さんからお年寄りまでの健康相談、栄養相談に保健師、栄養士が対応いたします。(貯健手帳の相談にも応じます。)

- 実施日 8月6日(月)
- 実施日 8月17日(金)

●申込み 事前に予約が必要です。保健センターまでご連絡ください。

■こころの相談

専門医によるカウンセリング等を行っています。本格的な精神疾患から、ちょっとしたストレスまで幅広く対応しています。

- 実施日 9月6日(金)
- 申込み 事前に予約が必要です。保健センターまでご連絡ください。

■げんき塾(運動教室)

- 日時 8月24日(金)

午後1時30分より

- 場所 活性化センター

●内容 ノルディックウォーキング(猛暑の場合は室内運動)

●その他 予約は不要です。各自飲み物や帽子を準備ください。

こころ診療所

所長 宮崎 武文

■糖尿病の検査について

糖尿病を調べるための採血検査には血糖の他にヘモグロビンエーワンシー(以下、「HbA1c」という検査があります。これは最近1～2カ月間ぐらいの間の血糖の状態を測定する検査です。HbA1cの測定方法には何種類もあり、これまで日本ではJDS値という検査指標が用いられてきましたが今年の4月から国際標準であるNGSP値を用いることになりました。具体的な違いはJDS値と比較しNGSP値はやや高い数値となります。このため検査結果を見て急に糖尿病が悪化したと勘違いしないよう注意してください。当診療所でも4月からNGSP値での検査を導入しましたが、混乱を避けるため当面JDS値、NGSP値の両方の結果を併記してお知らせいたします。ただし特定健診では今年度も昨年同様JDS値での検査が行われる予定となっておりますので注意してください。

【整形外科外来のお知らせ】

8月は10日(金)と24日(金)です。

【休診のお知らせ】

毎週火曜日(8月7日、14日、28日)の午後は研修のため休診とさせていただきます。

また都合により8月21日(火)は午前午後共に休診、8月20日(月)、22日(水)の外来は代診医による診療となりますのであらかじめご了承ください。