

2020年度版 おたてカルチャースクール生徒募集中

2020年度版プログラムは、
①呼吸法と柔軟で体を癒すヨガ
②生活を彩る多種の手づくりフラワークラフト
③型と体幹トレーニングのダイエット空手
④日常や旅行で使える実用的な英会話
以上4教室が開講します。
月謝2,200円(4コマ)、お試し1コマ受講(要予約)もあります。

詳細のお問い合わせ・お申込みは、おたて(TEL: 0224-26-8877)までお問い合わせください。

※通称:くら研
**七ヶ宿
くらし研究所
だより**

時間	土	日
14:00~15:00	ヨガ	ダイエット空手
15:00~16:00	フラワークラフト	英会話

おたて人工温泉「春は南紀白浜の湯」

春のおたて人工温泉は「和歌山県 白浜の湯」です。2階大浴場から新緑の貝吹山を眺め「ほっこり」しませんか?温泉の後には卓球も!ぜひ、お越しください。

●料金 町内大人 300円 小人 150円
貸タオル 200円 3ヶ月フリーパス 3,900円



空き家はございませんか??

「移住定住支援センターくらし研究所」には毎月のように移住相談の方々がいらっしゃいます。皆さんの七ヶ宿への移住課題は「住居」。ご近所、ご親戚で「七ヶ宿町内にある空き家を貸し出してもいい」というお知合いがいらっしゃいましたら是非ご紹介下さい。

※空き家バンクへの登録は、農林建設課が窓口になります。ご注意ください。

●お問い合わせ 農林建設課 建設土木係 ☎37-2115

歓迎会シーズン!くらけんCafé&おたてのご案内

くらけんCaféではお客様それぞれのご要望・ご予算に合わせたプランをご提案します。時間は午後6時~9時の間で貸切になります。おたてでは、鍋プラン1人2,000円で3名様からご利用可能です。鍋の内容はご予約の際にご相談に応じます。どちらもお気軽にお問い合わせください!



●七ヶ宿くらし研究所・くらけんCafé TEL: 0224-26-6933
〒989-0632 七ヶ宿町字田中道下39-2 (火・水曜定休)
夜の部(貸切のみ)午後6時~午後9時 貸切は4名様~
●街道HOSTELおたて TEL: 0224-26-8877
〒989-0657 七ヶ宿町字町裏81 (火・水曜定休)
※ご宿泊・体育館利用のご予約はお電話にてお受けしております。
HP: shichikashuku-miyagi.co.jp



くら研HP

健康一ロメ

大腸がんの予防と便潜血検査 〜女性医師の立場から〜

仙南サナトリウム+ 医師

Yamaoka
山岡 淑恵
Yoshie

高齢化の後押しもあり、大腸がんで亡くなる方が増えています。特に女性においては、がんで亡くなる方の中で、大腸がんが1位です。乳がんや子宮がんではありません。しかし医師の立場から考えると、大腸がんこそ予防や治療が確立された病気なのです。大腸がんの大部分は、大腸にできたポリープががんになったもので、大腸がんの「種」であるポリープのうち切除すると、大腸がんになる可能性を70~90%も抑制できます。大腸がんは、早期発見すれば治療が望めます。Stage I(進んでいない状態)ならば、発見されてから5年後に95・1%の患者さんがご存命です。5年後にご存命であれば「治療」で「便潜血検査」をきちんと受けていますか? 便に混じった血液を検出する検査で、陽性になれば大腸内視鏡検査をうける必要があります。「苦しい」「つらい」「恥ずかしい」というイメージがあるかもしれませんが、女性だけの診察日を設けるなど、女性に配慮している医療機関も増えています。「要検査」が出たら、ためらわず専門の医療機関を受診しましょう。

歯科健康テレホン相談 「よい歯デー」

宮城県保険医協会では、歯科医師と電話による相談を通して、口腔内の健康や歯科医療のより正しい知識を住民に広げる活動を行っています。

- 受付日時 4月20日(月)午前10時~午後4時
- 回答 住民の相談を受付後、3日以内に歯科医師が直接相談者に回答します。
- 電話 022(265)1667
- お問い合わせ 宮城県保険医協会(担当:鈴木・横) ☎022(265)1667

退任のご挨拶

時の経つのは早いものです。昨年5月号に2年と書きながら、少なからずの方がご存知だと思いますが8月のことで恥ずかしく思っていました。やりたいこと、やるべきことはありましたが途中となり私自身としても不本意であります。本当に申し訳ありませんでした。退任のご挨拶はこれも色々ありここまでとさせていただきます。町民の皆様には真面目に働く職員たちを今後もご支援いただいで、この診療所が皆様の健康のお役に立つように心から願っております。

「さくら診療所」 所長 山本 一博

七ヶ宿ダム公園開園しました!



▲3月末日の様子

4月1日より、冬期間閉鎖されていたダム公園が開園されました。今年は、暖冬の影響もあり桜のつぼみも大きく早い開花が予想されているほか、昨年に新しく設置された遊具で遊ぶこともできます。ぜひ春のダム公園にお出かけしてみたいかたがでしょうか!

はみだし ケイゴ

このコーナーでは、編集の都合上、載せたかったけど記事に入り切らなかった写真、情報を掲示して紹介するコーナーです。