

お口の健康を保ちましょう！

しっかり噛めて、食事が美味しく食べられることはとても幸せなことです。また、口の中の元気は、身体の健康、老化防止、生きがいにも深く関わってきます。

①日頃の歯磨きを丁寧に行きましょう。(入れ歯のお手入れも欠かさず)

②かかりつけ医を持ち、定期的に歯医者へいきましよう。

「8020よい歯コンクール」  
参加者を募集します！

80歳で自分の歯を20本持ちましようという運動が全国で広がっています。今年も、この運動の一環としてコンクールが開催されます。みなさんからのご応募をお待ちしております。

●対象 現在満80歳以上で、現存歯が20本以上、健康状態の良好な方

●主催 宮城県歯科医師会

●表彰 最優秀賞、特別賞、優秀賞、8020賞

●応募 保健センター(担当:太田)までご連絡ください。

お子さんの、忘れがちな  
予防接種はお済みですか？

■麻しん風しん(MR)・2期  
5歳以上7歳未満であって、小学校就学前1年間です。3月末までに済ませましよう。

■二種混合・2期  
乳幼児期に受けた三種混合予防接種の免疫効果を高めるため、11〜12歳の間に1回接種となります。

■日本脳炎  
日本脳炎の予防接種は、3歳の時に2回、4歳の時に1回、9歳の時に1回、合計4回接種することが望ましいとされています。しかし、国では健康被害の発生により、平成17年度〜平成21年度は予防接種を積極的には勧めていませんでした。そのため、平成25年度18歳になる人は、4回目(2期)の予防接種が十分に行われていません。その後、新ワクチンの接種ができるようになりましたので、まだ4回目を接種していない人は、早めに接種しましょう。

■その他  
予診票がない場合は、保健センターにて発行できますのでお電話ください。

お知らせ

■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 3月14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。

●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。健診結果の相談や貯健手帳の相談にも応じます。

●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。

●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)  
3月26日(水)  
午後1時30分より  
保健センター

●内容 体調改善運動・筋肉トレーニングなど  
フィットネスインストラクター  
八巻 美奈子 氏

●持ち物 飲み物、バスタオル  
●その他 予約は不要です。

●ままカフェ(子育て支援)  
3月6日(木) 午後3時30分より  
関係保育所  
幼児の保護者

●内容 宮城県地域活動(母親クラブ)連絡協議会長 佐々木とし子氏  
ハンドマッサージ・手作りおやつ  
の試食・フリートーク  
●その他 予約は不要です。

手芸「ソックモンキーづくり講座」  
参加者募集のお知らせ

くつ下1足を縫い合わせてぬいぐるみ作りを体験します。あなたの手で可愛いさるのぬいぐるみをつくりませんか。

●女性講座 手芸「ソックモンキー」

●日時 3月13日(木)  
午前9時30分〜午後4時

●会場 開発センター和室

●対象 町内在住の女性

●募集人数 10名

●持ち物 はさみ、針(縫

い針、マチ針)、チャコペン、裁縫セット

●参加費 1,890円(テキスト、ソックモンキーキット付き)

※昼食は各自でお持ちください。

●申込期限 3月6日(木)まで

●申込、お問い合わせ  
公民館 ☎37-2195



元気いっぱい楽しめた  
雪合戦大会

2月9日(日)、峠田公民館(遊林館)で第15回七ヶ宿雪合戦大会が開催されました。前日からの記録的な大雪の影響で、出場を予定していた七ヶ浜町、多賀城市、岩沼市の小学生が参加出来ず、柴田町と町内の小学生あわせて19人で実施することになりました。

試合は5人1チームの対抗



▲雪上の熱い戦い



▲お昼は特製カレー

戦3試合が行われ、柴田町から参加した子どもたちのなかには野球のスポーツ少年団に入っているだけあって大人顔負けの雪玉を投げる子もおりとても見応えのある試合が繰り広げられました。

また、お昼には町内子供会のみなさんが用意してくれたカレーライスなどが振る舞われ、子どもたちは同じ釜の飯を食べて交流を図りながら午後の試合に臨みました。