

# 窓口の記録

(7月21日～8月20日)

出生 10人	死亡 10人
婚姻 2件	離婚 0件
転入 41人	転出 23人

## 私も町民の仲間入り

### 出生児ご紹介

氏名	保護者	部落
滝沢 理恵	真津徳	東町 1
秋葉 翔太	規雄	大島団地
小川 寅嗣	直昭	東町 1
早川 祐真	方義	南部1-3
伊藤 伸也	三喜夫	新青
及川 望美	博康	本町 3
伊藤 貴久	公敏	東町 3
五木田 彩	茂	遠山川
八角 真伍	茂	古川
鈴木 竜治	美治	南部 2



## タンパク質は

### からだの働きの基本です

こんにちは！保健婦です

私たちのからだのほとんどは細胞でできており、その大半はタンパク質から作られています。髪の毛も軟骨も、また、私たちのからだには免疫作用があって、細菌やウイルスからからだを守ってくれる抗体もタンパク質で構成されています。また、

植物性タンパク質は、豆腐、納豆、煮豆に多く含まれます。また、動物性タンパク質は、卵、牛乳、肉、魚などに多く含まれます。特に卵・牛乳は、タンパク質の質の良さも抜群です。これらの食品を多く食卓にな

タンパク質摂取量が1日40g以下の国では平均寿命が60歳以下という統計もあり、長生きのためにもタンパク質が必要だといことがわかります。日本の場合は、現在平均1日約80gというほぼ理想的な数値ができています。では、タンパク質をうまく摂るためにはどのような食生活をしたらいのでしょうか。タンパク質には、植物性、動物性の二通りがあり、それぞれを半々ずつ摂ることが良いといわれています。

らべ、健康な毎日を送りましょう。



### 子宮がん検診のお知らせ

女性がかかるがんのうちで2番目に多いのが子宮がん。しかも30～40歳が最もかかる率が高くなっています。早期発見こそ治ゆの決め手。多数の方が受診されますようお願いいたします。

- 期日 9月16・17日
- 場所 町文化会館
- 料金 四〇〇円
- 対象者 30歳以上の方

### 「身元をさがす相談所」開設のお知らせ

千葉県警察では、身元のわからない死者の身元をさがすため、相談所を開きます。

相談所には、全国各地で死亡した身元のわからない方々の顔写真や服装、所持品などの記録をわかりやすく整備してありますので、お心あたりの方は是非ご相談においでください。

なお、おいでの際は、行方がわからない方の写真等参考となるものをご持参ください。

月日	場所	時間
9月9日(火)	茂原警察署	午前9時 午後4時
9月12日(金)	柏警察署	
9月19日(金)	銚子警察署	
9月1日～30日	本部鑑識課	

※表紙題字は、伊藤昌子さん(姥山)によるものです。

## 商工会伝言板

### 経営講演会

- 聴講無料ですから多数御参加下さい。
- 1.とき 9月22日(月) PM1:00～2:30
  - 2.ところ 商工会館2階ホール
  - 3.テーマ 「低迷時代の発想法」
  - 4.講師 経営コンサルタント 阿奈 靖雄 先生

