

# 窓口の記録

(2月21日～3月20日)

|        |        |
|--------|--------|
| 出生 11人 | 死亡 12人 |
| 婚姻 3件  | 離婚 2件  |
| 転入 37人 | 転出 73人 |

## 私も町民の仲間入り

### 出生児ご紹介

| 氏名     | 保護者 | 地区 |
|--------|-----|----|
| 田辺 さゆり | 秀雄  | 上4 |
| 田口 亜加  | 倫彦  | 上4 |
| 高蝶 篤史  | 政道  | 上4 |
| 菱木 努美  | 寛幹  | 上3 |
| 押尾 優美  | 樹幸  | 上1 |
| 田子 直樹  | 辰積  | 上3 |
| 大木 橋英  | 二好  | 南1 |
| 高子 安由  | 恵忠  | 南1 |
| 鈴木 佳代  | 子勝  | 下幾 |
| 渡辺 健一  | 美雄  | 下幾 |

### 横芝町の人口と世帯

＜3月1日現在＞

|     |             |
|-----|-------------|
| 人口  | 14,516 (-1) |
| 男   | 7,070 (-1)  |
| 女   | 7,446 (0)   |
| 世帯数 | 3,930 (+3)  |

( )内は前月比

## 健康を守る食生活



最近では食生活が大変豊かなり、平均的には栄養状態も

○必ず3食をきちんと食べる。

○この「半健康」の中に入るのは、ではないでしょうか。

そこで、健康を守る食生活のポイントを考えてみましょう。

- 1日30食品を目標に、バランスよく食べる。
- 塩は1日10g以下にする。
- 動物性の脂肪より植物性の油を多めに摂る。
- 食卓を家族のふれあいの場にし、手づくりの心を大切に



以上のは、町栄養改善推進員の皆さんが重点的に各地区で伝達していますので、それらに参加し、積極的に食卓に取り入れるとともに、もう一度食生活を見直してみよう。

# 募集

### 国民年金 生きがい旅行の参加者

今、温泉がおもしろい!

国民年金号で行く、塩原温泉とお笑い道場の旅。2泊3日の旅に、あなたも参加してみませんか。

■期日 6月24日(水)～26日(金)

■コース 那須・塩原方面

2日目は、周辺観光のほか、ゴルフ・ゲートボールなど5つのコース選択の楽しみもあります。

■宿泊地 塩原温泉 ホテルニユー塩原

■人員 380人

■費用 三万八千円

※お問い合わせは、住民課年金係(内線41)へ。

### 昭和62年度

### 千葉県青少年指導者

### 洋上研修参加者

■期日 7月26日(日)～8月

■訪問国 中華人民共和国 (上海・蘇州・無錫)

■募集人員 3名

■募集期間 4月1日(水)～4月20日(月)まで

■資格 ①横芝町に居住又は勤務する者で満20歳以上29歳(62年4月1日現在)までの男女 ②地域・職場等において、各種団体活動を行っている者、又は青少年教育を担当する者。

■費用 五万円(内二万円町補助)

※詳細については、教育委員会(内線68)へお問い合わせください。

### あとかき

表紙は、今月号から町のイメージカラーをとり入れました。また、題字は現代的に、そしてやさしさのあるひらがなにしました。

本文は読みやすさに重点をおき、ひとわり大きな文字を採用しました。ご意見・ご感想をお聞かせください。