

お誕生おめでとう

8月21日～9月20日届け出分

氏名	保護者	地区
吉田 伸幸	伸 一	鳥喰新田
萩原 岳志	誠	谷 台
中山 莉那	洋二郎	南部 2
菱木 裕介	美 忠	木戸 台
石山 奈美	孝	東 町 1
市原 美穂	重 幸	上 町 5
椎名 祐輝	厚 彦	東 町 1
越川 翔太	重 雄	東 町 3
中村 薫亮	洋	本 町 4
大野 悟	雅 弘	東 町 3
石橋 龍一	帝 一	S C K

9月号の記事中
「石橋侑摩」さんは
「石橋侑磨」さんの
誤りです。
お詫びして訂正します。

2日 金婚式

喀痰、大腸ガン検診

10月のこよみ

● 場 所 松尾町農村環境改善センター
お問い合わせは役場福祉課
(☎内線255)へ。

子育ても終わり、長い人生の中で一つのくぎりがつくころ女性は更年期を迎えます。この時期、からだの中では老化に伴い、ホルモンのバランスが崩れ、頭痛、めまい、吐き気などの自律神経失調症状やイライラ、ゆううつなどと精神的な症状もみられます。



年が更たまる時期

■更年期■

こんにちは！保健婦です

しかし、更年期はその名のとおり年が更たまる時期、症状にあまりとらわれず、自分の生きがい、趣味をみつけ、積極的に人生を楽しみましょう。

更年期を楽しく過ごすため次のことに気をつけましょう。

- ①更年期障害の自覚症状があった場合でも自己診断せず医師に相談すること
- ②年に一回は健康診断を受けること
- ③更年期障害が起これども、病気にのめり込まないこと
- ④家庭をはじめとする身のまわりの生活環境を整えること
- ⑤生きがいをみつけること

町民ゴルフ大会

参加者募集

- 日時 11月6日(水) 午前7時30分 現地集合
- 場 所 新千葉カントリークラブ
- 参加費 5千円(パーティー代) プレイ費等は個人負担
- 申し込み 10月31日までに 海洋センターへ (☎5700)

わけ愛・献血

Give Blood Save Life



日時 10月14日(月)
午前9時30分～正午
午後1時～3時30分
場所 横芝町中央公民館

ねたきり老人・痴呆老人

家庭介護教室

県では、高齢化社会に伴い、ねたきり・痴呆の要介護老人と同居している人に適切な介護技能等取得してもらい、老人福祉の向上を図ることを目的に家庭介護教室を開催しますので、みなさんふるつてご参加ください。

● 日時 11月6日(水)午後1時～4時

● 場 所 松尾町農村環境改善センター

お問い合わせは役場福祉課 (☎内線255)へ。

相談室 10月

	相談日(場所)	時 間
健康相談	8日(上堺会館) 22日(文化会館)	午後1時30分 ～午後3時
子ども相談 ダイヤル	毎週(火・木・土) ☎1352	午前9時 ～午後4時
心配ごと相談 行政	1.8.15.22.29日 中央公民館	午後1時30分 ～午後4時
人権相談	1.15日 中央公民館	

20日 廃電化製品回収 大総・上堺地区

19日 敬老会 大総小学校家庭教育学級

15日 行政相談週間 (19日) 銚子市

13日 第2回ふれあいウォーク

10日 40歳からの健康週間 (16日)

6日 町民体育祭(雨天10日)

3日 老人スポーツ大会 (3日)

10月の土曜閉庁は12日と26日です