

お誕生おめでとう

9月21日～10月20日届け出分

氏名	保護者	地区
川島 理沙	文 男	栗山 4
市原 あずさ	裕	鳥喰 下
伊藤 雅之	隆 郎	遠山
伊橋 賢治	慶 治	南部1-4
大木 優弥	良 夫	栗山 2
加瀬 朝輝	智 巳	上町 4
越川 恵理子	信治郎	南部 2
鈴木 沙弥加	定 雄	西
鈴木 ありさ	正 則	四五 会

学童期の食生活



こんにちは！保健婦です

ため、好きなものばかり口にするようになりま。こうした悪い食習慣が身につかないように注意しなければなりません。

そのためには、必要な栄養素を上手にとるように1日30品目食べられる献立てを考え、1日3食、規則的に食べる習慣をつけましよう。

また、伸びざかりの子どもにとって、欠かせない栄養素であるカルシウムを十分にとることです。牛乳・乳製品を毎日の食事に欠かさないうようにしましよう。

子どもにおやつは必要ですが、菓子パン、スナック菓子・ジュース類だけでは、肥満

小学生を中心とした学童期は、食生活の基礎ができる時期です。しかし、外で食事をする機会が増え、外の影響をいろいろ受けるようになりま。まず、食事が不規則になっ

の原因となりま。おやつには、果物や野菜などを上手にとり入れ、できるだけ手づくりのものをあげましよう。

みんなで参加しましよう！

『第2回町内一日清掃』

期日・平成3年12月1日(日)

雨天の場合…平成3年12月8日(日)

横芝町をきれいにする運動推進本部では、町民総参加による「平成3年度第2回町内一日清掃」を実施ま。

清潔で明るく住みよい横芝町をつくるために、皆様のご協力をお願いいたま。

◎清掃区域

1. 道路(国・県・町道及び通学路)上のあきかんあきびん、その他のごみ拾い、及び草刈り
2. 環境衛生組合のごみ収集場所の清掃
3. 地区内の不法投棄物の処理
4. その他総務員さんの指示する場所

◎集合・収集場所及び処理方法については回覧文書でお知らせま。

(ご注意) 今回の一日清掃には家庭内のごみは出さないようお願いします。



みんなで、きれいにしましよう

11月のこよみ

10日	町消防団中継送水訓練
9日	秋の全国火災予防週間 (15日)
8日	乳児健診
6日	町民ゴルフ大会 (4日)
2日	町文化祭・健康展

11日	畜大登録 (12日)
15日	育児学級
17日	あきかん・あきピン回収
22日	町農業祭 (23日)
24日	親子版画教室
28日	ポリオ生ワクチン投与
29日	1歳半児健診

近ごろ朝起きると、「寒いなあー」と、肌で感じる日が多くなつてま。もうすぐ冬ですね。冬というと、私はあつたかゝい鍋・白いゲレンデを思い浮かべま。そして、スキーに行く計画をたてなくてはーと、思うのです。今年に残念なことに、まだ未定。さあ、早く決めて、ウインタースポーツで、冬を楽しまなくっちゃ！ (M)

あしがき

商工会伝言板

- ① 日時 11月18日(月) 1時～3時
場所 横芝町商工会館
テーマ 『ユニーク社長奮闘記』
講師 大内広雄氏
副 長と社長を兼ねたユニーク社長奮闘記
- ② 日時 12月3日(火) 1時20分～3時
場所 横芝町文化会館
テーマ 『経営に活かす人とのふれあい』
講師 小川 広氏 (テレビキャスター)
昭和57年まで朝のワイドショー「小川 広ショー」の司会を担当

11月の土曜閉庁は9日です。