

お誕生おめでとう

12月21日～1月20日届け出分

氏名	保護者	地区
押尾 陸	幹	上町3
行木 由美	繁雄	鳥喰上
寺嶋 梓	幸男	鳥喰上
上坂 亮太	幸弘	南部1の4
村杉 友和	好則	緑台
早川 直志	雅典	立会
伊藤 良輔	進	中台
配野 亜守	英昭	宮脇
古谷 理恵	康彦	東町1
並木 梓	正樹	鳥喰新田

こんにちは！保健婦です

平成3年度基本健診の結果から

貧血



前にもお知らせしましたが、健診の結果、貧血だった人は411人(17.3%)いました。

貧血とは、血液が薄いことをいい、血液が少ないとか、低血圧とは別の状態のことです。貧血かどうかは、血液検査で判断され、男性と女性により、その正常値は違います。貧血の原因としては、鉄欠乏によるものが最も多く、次

に出血による貧血となります。なかには、胃潰瘍、胃がん、子宮筋腫などの病気や、妊娠・出産が原因のこともあります。貧血といわれたら、まずその原因を確かめることが必要です。

貧血を改善、予防するために鉄分の多いもの(レバー・ほうれん草・貝・ごまなど)タンパク質の多いもの(牛乳・卵・大豆など)葉酸、ビタミンB₁₂の多いもの(海藻・納豆・卵など)を多くとりましょう。



横芝地区

あきカン・あきビン・

婦人バドミントン大会

献血

定申告(3月16日)

平成3年分所得税の確

定申告(3月16日)

家庭教育講演会

山武町

山武郡市駅伝競走大会

11日

7日

4日

3日

1日

2月のこよみ

献血にご協力を
お願いします

○とき 2月21日(金)
午前9時30分～正午
午後1時～3時30分
○場所 町中央公民館
(役場隣)

商工会伝言板

決算個別指導会

税理士による無料の個別指導会です。多数ご参加下さい。

記

- 日時 2月20日(木)と21日(金)
9時30分～16時の間、随時受け付けます。
- 場所 横芝町商工会館 相談室
- 講師 市原会計事務所 税理士 市原 義人ほか
- 持参物 関係帳簿・決算・確定申告書類一切・預金通帳他

文化講演会



講師 吉武輝子さん
評論家 テーマ 人生80年代に生きる

●とき 3月1日(日)
午後1時30分から

●場所 町文化会館

●お問い合わせ先
町文化会館(☎1351)へ。

※入場は無料です。

相談室 2月

	相談日(場所)	時間
健康相談	都合により、2月までお休みとなります。	
子どもダイヤル相談 ☎1352	毎週(火・木・土)	午前9時～午後4時
心配ごと相談 行政	4, 18, 25日 中央公民館	午後1時30分～4時
人権相談	4, 18, 25日 中央公民館	