

4.7.1

お誕生おめでとう

5月21日～6月20日届け出分

氏名	保護者	地区
大久保 寛裕	次	栗山 4
土屋 泰孝	泰彦	鳥喰新田
小出 未来	哲也	古川
加瀬 亮一	清作	栗山 1
福田 宙央	潤	西
小西 彩弘	和	南部1-1
安井 愛美	利通	大島団地
鈴木 直人	正和	古川
星野 航大	竜也	南部1-2
早川 潤哉	知孝	三本松
河野 哲志	敬一	取立
宇井 京夜	竜二	木戸台
鈴木 幸子	勝行	鳥喰下
鈴木 陽介	勝己	栗山 2

こんにちは！保健婦です

カルシウム



カルシウムが不足すると、骨粗鬆症になってしまふことはよく知られていますが、それ以外にも、脳出血や脳梗塞になる危険性も高くなります。カルシウムは一日に体重1kgに10mg必要だと言われています。ですから、体重60kgの場合、10mg×60kg＝600mgとなり、一日600mgのカルシウムを多く含むものを食べる。

- ① 一日1本は牛乳を飲む。
- ② 野菜（にんじん・ほうれん草・かぼちゃ・小松菜など）、豆類、魚介類などのカルシウムを多く含むものを食べる。
- ③ タンパク質やビタミンD（ウナギ、レバー、シイタケなど）をとり、カルシウムの吸収をよくする。

7月のこよみ

1日	社会を明るくする運動（～31日）
3日	3歳児検診
4日	海岸清掃
5日	子ども会対抗球技大会
6日	住民健康検査（～30日）
8日	町民ゴルフ大会
10日	ヘリコプター防除
19日	あきカン・あきビン・廃電化製品・粗大ごみ回収 大総・上堺地区たこづくり教室
20日	海の記念日
25日	体験キャンプ
26日	海のつどいたこ上げ大会
28日	海洋スポーツ教室
31日	親子七宝焼き教室 ヘリコプター防除（～8月1日）

印鑑登録をされる方へ

印鑑登録をするときに必要なもの



- 登録する印鑑
- 登録者を確認できる写真入りのもの（運転免許証、パスポートなど）
- 登録者を確認できない場合は、横芝町に印鑑登録をしている者の保証書（登録印押し印）

※本人が登録に来られない場合は「代理人選任届け」または、「委任状」が必要です。なお、この場合は即日登録はできません。くわしいことは、町住民課戸籍係（☎内線245）へお問い合わせください。

「ふれあいと対話」が築く明るい社会

毎年7月は「社会を明るくする運動」期間です。

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

次代を担う少年たちを非行から守り、非行に陥った少年

商工会伝言板

中元融資（県制度資金）

中元需要の資金手当は、もうお済みですか。ご利用の方は、早めに商工会までご相談ください。

- ①融資限度額 800万円
- ②期間 5か月以内
- ③利率 年4.6%+信用保証率
- ④返済方法 月々または一括返済



の立ち直りを助けるため、地域に理解と協力の輪をひろげましょう。【福祉課】