

お誕生おめでとう

6月21日から7月20日まで届け出分



早川花菜ちゃん

おなかの中にいる頃から、まるで男の子のように元気に動いていました。明るい温かみのある女の子になってね。
【母：佳代子さん】

氏名	保護者	地区
早川 花菜	行 雄	三 本 松
高宮 愛	慶一郎	本 町 4
鈴木 一平	新次郎	栗 山 4
小川 雄也	正 英	三 島
伊藤 悠輔	一 夫	三 本 松
菅谷 朋生	昭 寿	鳥 嶺 新 田
長沼 未瑠	弘 巳	本 町 1
片岡 千聖	弘 佳	東 町 2
佐竹 真侑	浩	橋 本
林 浩史	丈 司	上 町 4

日	行事	会場
6日	婦人科・乳がん検診	文化会館
7日	あしたばの会	文化会館
9日	小学生水上運動会	文化会館
13日	第8回横芝町花火大会	文化会館
17日	将棋大会	文化会館
19日	夏季野球大会	文化会館
21日	母親学級	文化会館
27日	胃がん健診	文化会館
28日	母親学級	文化会館
29日	乳児健診	文化会館
31日	防災訓練	文化会館

「好奇心を旺盛にもとう」
「もう年だから...」「今さら...」
などと言わずに何事にも関心を
持ちましょう。新聞・テレビ・
雑誌など、いろいろな情報が身
の回りにはあふれています。そ
れらの情報を把握し、興味があ
りましょう。

「旅行で気分転換」
何も海外旅行ばかりが旅では
ありません。旅行することでは
の土地を訪れると、新たな発見
や感動があり、人との出会いも
あります。また、そこにおいし
い食事があれば、増々よい気分
になりますよ。

「健康管理に気を配ろう」
何よりもかかりつけのお医者
さんを持つことは大切なことで
す。血圧が高い・コレステロー
ルが高い・心臓が悪いなど、病
気とつきあわなければならぬ
方も多いかもしれません。ふ
だんの生活習慣を整え、定期的
な受診をしていけばさほど心配
することもありません。しかし、
「医者にはかかったことがない」
などと自慢する方の中にはいま
す。そんな方はぜひ、町の基本
健診を受けてみてはいかがが
でしょうか。悪いところを見つ
けるというよりも、より健康で過
すためのポイントと考えてみて
ください。
生きがいを持ち、健康である
ことこそ、若々しく過ごすこと
ではないでしょうか。
環境衛生課保健婦 印東 光江

暑い日が続く夏の日々も、ゲ
ートボール、老人クラブやカラ
オケなど、外に出かけるお年よ
りの姿をよく見かけます。日中
炎天下は別として、家の中ばか
りにいるのではなく社会の中で
過ごすことはとてもすばらしい
ことです。まさに若さを保つ秘
訣の一つです。そこで、もう2、
3この若さを保つ秘訣について
お話ししましょう。



いつまでも若々しく

こんにちは！保健婦です

休日当番表

と き	内 科 系	外 科 系
8月3日	うじはらクリニック(大網白里町) TEL0475⑨3320 石毛医院(松尾町) TEL⑨2160	古川医院(成東町) TEL0475⑨2202
8月10日	古川クリニック(九十九里町) TEL0475⑨1588 高橋医院(成東町) TEL0475⑨2450	てらし整形外科(大網白里町) TEL0475⑨7500
8月17日	高橋医院(九十九里町) TEL0475⑨3101 よしみ医院(成東町) TEL0475⑨8676	大網整形外科(大網白里町) TEL0475⑨3611
8月24日	富塚医院(大網白里町) TEL0475⑨7511 岩崎医院(松尾町) TEL⑨2217	山崎病院(横芝町) TEL⑨0561
8月31日	岡崎医院(東金市) TEL0475⑨3313 小高医院(横芝町) TEL⑨6368	座間泌尿科医院(東金市) TEL0475⑨2266
9月7日	原医院(東金市) TEL0475⑨0624 松尾クリニック(松尾町) TEL⑨6482	斎藤クリニック(東金市) TEL0475⑨1110

8月のこよみ