



### 5月の保健衛生業務

## ママ 忘れないでね



#### ■ツベルクリン反応検査

5月14日(月) 午後1時30分～2時30分

老人福祉センター

H.1年2月～2年1月生まれ

(以前に未接種で4歳までの児童も接種可)

#### ■ツベルクリン反応検査及びBCG

5月16日(水) 午後1時30分～2時30分

老人福祉センター

(ツベルクリン反応検査で陰性のものBCG接種)

#### ■3歳児健診

5月23日(水) 午後1時～1時30分

老人福祉センター

S.62年4月・5月生まれ

#### ■乳児健診

5月28日(月) 午後1時～1時30分

老人福祉センター

H.1年5月・2年1月生まれ

#### ■三種混合第1期

5月30日(水) 午後1時30分～2時30分

老人福祉センター

S.62年9月～63年2月生まれ

#### ■日本脳炎予防接種 満3歳以上

6月6日(水)

午後1時30分～2時

小杉保育園

午後2時10分～2時40分

沢海保育園

6月7日(木)

午後1時30分～2時10分

双葉保育園

午後2時20分～3時

中央保育園

## およろこび (3月届)

新 郎 地区  
新 婦  
丸 山 満 ) 二本木中  
由美子 )

## おめでた (3月届)

新生児名	生年月日	親名	地区
中川 美幸	2.2.22	博	二本木中
仁多見 渉	2.2.23	浩	沢海上
神田 明宏	2.3.3	秀夫	横越中
田中 萌美	2.3.8	一栄	横越下
小林 朋矢	2.3.8	壽一	横越下
菊地 亜美	2.3.16	昭二	川根谷内

## おくやみ (3月届)

故人	年齢	地区
仁多見 キノ	91	沢海中
渡 迎 新松	88	横越下

## 胃がん検診結果についてのお知らせ

4月2日から6日間実施しました胃がん検診は、1,138人の方が受診されました。精密検診の必要な方には、個人通知を致しましたが、異常のなかった方には、個人連絡を致しませんのでご了承ください。まだ、精密検査を受診されていない方は、是非受診してください。

## 県立新潟図書館の臨時休館

県立新潟図書館では、平成4年度に開館予定の新県立図書館業務の電算化に伴い、所蔵資料のデータベース作成作業を進めるため、次の期間臨時休館いたします。

#### ▷休館期間

5月・6月……全面休館

7月・8月……午前休館

(9時～12時)

#### ▷閲覧、貸出、調査相談

上記期間中の閲覧、貸出、調査相談業務は行いませんが、図書の返却は受付けます。

## 歳時記

## 竹の子

竹の子の皮の柔らかい部分を絹皮と呼びます。この絹皮の木の芽和え、それにワカメと竹の子の吸い物、竹の子ご

竹の下に旬と書くのは、食べごろが、旬(じゆん)すなわち十日間ぐらいだからとか。むかし、孝行息子が雪の中

に行き、竹の子を探し当てた話です。親孝行が報われて奇跡が起こったとされています。

ら、航空便でくる物もあります。大変珍しいことを、師走筍、寒茄子と言いますが、いまは、どちらもう珍しくなくなりました。とはいっても、やはり竹の子は初夏の味です。

竹の子が旬のころは、野鳥の声がひとときわにぎやかになる季節でもあります。五月十日～十六日は愛鳥週間です。

あなたも身近な野鳥の声を傾けてみませんか。

飯。最近では食物に季節感がなくなりりましたが、これをまさしく旬(しゆん)の味ですね。竹の子は、筍とも書きます。

から竹の子を掘った話をご存じだと思います。中国の呉の時代に、孟宗という人が母の好物の竹の子を求めて雪の竹林

に工夫をして成長を速めてもいます。ほかに南中国などが

必要ミネラル類、各種ビタミン類、さらに、がん予防に有効とされるカテキンなどが含まれています。ただし、こうした薬効は、お茶が新鮮であることが条件です。

## 健康相談 5月8日(火)

赤ちゃんからお年寄りまで

気軽においでください

午前9時～午後4時

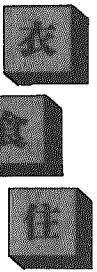
老人福祉センター健康相談室

## 保育相談 5月7日(月)

相談員がことばや、発達のおくれ等について相談に応じます。気軽においでください。

午前10時～午前11時

小杉児童館(ひまわり教室)



## 情報

日常飲む日本茶の健康飲料としての側面に、最近注目が集まっています。

まず、ビタミンC。せん茶の葉には、同じ重量のイチゴの三倍、レモンの五倍以上のビタミンCが含まれ、一せん目のお茶百ミリリットルの中には、四グラムのビタミンCが含まれています。新鮮な野菜や果物が不足がちな昔の航海で、中国船だけはビタミンC欠乏症に悩まされなかったのも、お茶のおかげといわれています。

独特の渋みの成分、タンニンは、有害物質の体内への吸収を防ぎます。また、脂肪の酸化を抑制し、老化を遅らせる効果があります。

お茶を飲むと頭がすっきりしたり眠けが覚めたりするのは、カフェインが脳などの中枢神経を興奮させるためです。お茶には同時に、カフェインの興奮作用を弱めるテアニンという成分も含まれるため、興奮はやわらかに抑制されます。