およろこび（7月届）

	地区
新郎 新婦	
渡辺 勝俊 君子	横越上
渡邉 和洋 淳子	横越中

おめでた（7月届）

新生児名	生年月日	親名	地区
古田 翔	3.6.19	宏行	二本木上
佐藤 孝樹	3.6.24	孝五	横越上
貴船 彩花	3.6.29	悦雄	横越中
中澤 摩紀	3.7.1	良一	焼山
市村 一弥	3.7.2	勝雄	川根谷内
安達 はるか	3.7.4	高廣	川根谷内
関口 早穂	3.7.8	祐市	二本木中
阿部 周平	3.7.18	斉	横越中
大滝 豊	3.7.20	健二	横越中

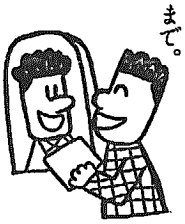
おくやみ（7月届）

故人	年齢	地区
中村 増一	92	小杉上
中村 田政	56	小杉上
神田 サキ	86	横越上
安彦 サフ	68	小杉中
佐藤 裕美子	31	横越上
駒澤 清次	80	木津上
山田 キサリ	86	木津中
伊藤 キト	93	横越下

国民健康保険被保険者証 更新のお知らせ

国民健康保険被保険者証が、九月一日から「みず色」に変わりました。今までの「クリーム」色の保険証は回収しませんので、ご自分で破棄して下さい。

なお、保険証についての問い合わせは、役場住民課国保係（電話三八五―二一一一）まで。



9月の保健衛生業務

ママ
忘れないでね

■三種混合第1期
9月4日(水)　午後1時～1時30分
老人福祉センター
1年3月～1年8月生まれ

■3歳児健診
9月25日(水)　午後1時～1時30分
老人福祉センター
63年8月・9月生まれ

■乳児健診
9月27日(金)　午後1時～1時30分
老人福祉センター
2年9月・3年5月生まれ

健康相談　9月10日(火)

赤ちゃんからお年寄りまで
気軽においでください。
育児相談も開設します
ご利用ください。
午前9時～午後4時
老人福祉センター健康相談室

療育相談　9月17日(火)

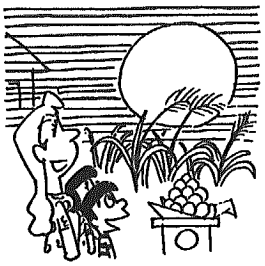
相談員がことばや、発達のおくれ等について相談に応じます。
気軽においでください。
午前10時～午前11時
小杉児童館（ひまわり教室）
〈小杉地区コミュニティセンター裏〉

結核検診と肺ガン検診結果についてお知らせ

七月一日から九日間実施しました結核検診と肺ガン検診（レントゲン撮影）で、精密検診の必要な方には、個人通知を致しました。

今回、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下さい。

■歳時記■　ススキ



秋の七草をご存じですか。指を折って、数えてみてください。

万葉集の歌人、山上憶良（やまのうえのおくら）が「秋の野に　咲きたる花を　および折り　かきかぞふれば　七種の花」として挙げたのは、萩、尾花（ススキ）、葛、ナデシコ・オミナエシ・フジバカマ・朝顔（キキョウ）の七種類。

なかでも、ススキは秋の風物詩です。

ススキの穂が風にそよぎ始めると、暑さから解放され、ほっとした気分になります。

また、ススキの白い綿毛は晩秋の風情にぴったりです。

お月見の供え物とともにススキを飾る風習が各地にあるのは、ススキが日本全国に分布しているからだといわれています。

とはいっても、都会でのススキの触れ合いは、お月見用のススキを年一度、花屋で買う程度になってしまいました。

ススキは、昔から日本人の暮らしにとって、身近な植物でした。

屋根葺きの材料として、また肥料や家畜の飼料、炭俵やすだれの材料として、なくてはならないものです。

いまでは、観光名所のススキの草原、観光土産のみみずくなどで、ススキを親しむことが多くなりました。

さて、九月といえば、「敬老の日」。

最近は元気なお年寄りが多くなり、外出先や運転中の事故が増えてきています。

そこで、九月十五日の「敬老の日」を中心に、九月十一から二十日を「高齢者交通安全旬間」としました。

この期間、全国で交通事故防止のための行事が行われます。積極的に参加したいものです。

衣食住情報

この何十年か安定した価格を保ち、物価の優等生といわれる卵は、栄養面でも、優れもの。

ほとんどすべての栄養素を含んでおり、完全栄養食品といっても過言でありません。

とくに優れているのはタンパク質です。

タンパク質は、それを構成するアミノ酸によって栄養価にかなり違いができるのですが卵のタンパク質栄養価は食品中最高。

人体に不可欠な必須アミノ酸を豊富に含んでおり、卵を一日一～二個食べれば、それだけで必須栄養量の不足をかなり補うことができるといわれます。

卵は半面、コレステロールが多いことでも知られています。

コレステロールが含まれるのは、卵黄だけですから、気になる人は食べ方に工夫してください。

卵は、新しいものを買い求め冷蔵庫で保存すれば一週間から十日は大丈夫です。

ただし、卵は、七五度で固ってしまうので、火を通したつもりでも殺菌が十分でない場合があります。

調理によく気をつけてください。

今月の母子手帳交付日は、7日(土)、21日(土)です。