

日曜在宅医

【南関町・和水町日曜在宅医】

7月2日(日)	田辺外内クリニック	☎53-8211 南関町上坂下
7月9日(日)	山崎医院	☎34-2653 和水町板楠
7月16日(日)	さかき診療所	☎53-1125 南関町上長田
7月17日(祝)	森の里クリニック	☎34-2800 和水町大田黒
7月23日(日)	田尻医院	☎53-0016 南関町関町
7月30日(日)	大林診療所	☎53-8111 南関町上坂下

【和水町立病院日曜宿直医】
☎86-3105

7月2日(日)	日直：外科	宿直：外科
7月9日(日)	日直：内科	宿直：内科
7月16日(日)	日直：内科	宿直：内科
7月17日(祝)	日直：内科	宿直：内科
7月23日(日)	日直：外科	宿直：外科
7月30日(日)	日直：外科	宿直：外科

※町立病院の日直医・宿直医は予定であり、変更になる場合があります。医師にかかる前には、必ず事前に問い合わせをして、担当医師の確認をさせていただきます。

観光ガイド募集

菊水地区「観光案内の会」、三加和地区「ふるさとガイド」では各地域の観光地を案内してくださる方を募集しています。

現在、菊水地区では江田船山古墳、肥後民家村、トンカラリンを、三加和地区では体にまつわる八つの神様めぐり、田中城跡、豊前街道などの観光地をお客様の希望に応じて案内しています。

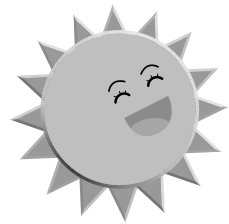
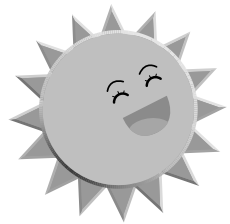
歴史に興味がある方、お客様との出会いを楽しみたい方、和水町が大好きな方なら年齢、性別、町内外の区別は問いません。

やる気のあるみなさま方のご応募をお待ちしています。

申し込み問い合わせ先

本庁 経済課観光係 内線 553

総合支所 経済課商工観光係 内線 731



INFORMATION

申し込み期限

7月10日(月)まで

※ハガキ、FAX、またはEメールに「健康教室参加申し込み」と明記し、①住所②氏名(ふりがな)③年齢④電話番号をご記入の上、お申し込みください。

申し込み問い合わせ先

菊南病院リハビリテーション科 保田まで

☎096・344・1726

E-mail

kptjgyoubu@yahoo.co.jp

7月の成人健康相談

●健康福祉課

健康結果や健康に関するいろ

いゝな相談をお受けします。ご相談の方は健康手帳を持参ください。

老人健康相談

●健康福祉課

とき・ところ
▼7月5日(水)
午前10時～11時30分
あばかん家

▼7月20日(木)
午前9時～11時30分
役場本庁町民相談室

▼7月21日(金)
午前10時～11時30分
あばかん家

問い合わせ先

本庁 健康福祉課保健予防係

内線 531

総合支所 健康福祉課健康支援係

内線 763

各老人会で健康相談を実施します。今年の内容は、「生活不活発病」にならないために」です。場所は各公民館で行います。健康手帳を持っておいでください。

とき・地区名

▼7月4日(火)午前9時30分
鶯原地区

▼7月4日(火)午後1時30分
牧野地区

▼7月6日(木)午前9時30分
焼米地区

▼7月7日(金)午前9時30分
上久井原地区

▼7月11日(火)午前9時30分

江栗地区

▼7月13日(木)午前9時30分
立石地区

▼7月20日(木)午前9時30分
下久井原地区

▼7月25日(火)午前9時30分
久米野地区

▼7月27日(木)午前9時30分
日平地区

問い合わせ先

本庁 健康福祉課地域包括支援センター係

内線 534・535

第2回 いきいき元気づくりセミナー

●健康福祉課



▲調理されている様子

6月1日(木)三加和公民館で第2回「いきいき元気づくりセミナー」が開催されました。

今回のテーマは「バランスのとれた食事を知ろう」ということで、昨日1日分の食べた物を思い出して表に書き出していただき、食品数調べを行いました。その後に朝・昼・夕別に6つの基礎食品群と“主食”“主菜”“副菜”に振り分けていただきました。その結果、主食・主菜・副菜がそろっていても6つの食品群でみると入っていないものがあったり、その逆もあったりと、その結果を見て、バランス良く食べているつもりなのに・・・と食の難しさを感じておられました。書き出すことにより自分の食事バランス度がはっきりとみえてきて、どう改善したらよいかのヒントにつながったようでした。調理実習も手際よく調理され、バランスのとれたおいしい食事が出来上がりました。

第4回

とき 8月10日(木)午前9時30分～

『食べ物の行方』(調理実習)

ところ 三加和公民館

問い合わせ先

本庁 健康福祉課保健予防係 内線 532

総合支所 健康福祉課健康支援係 内線 762

三加和公民館図書室だより

図書を利用しています。

私は、お話会「みどりの樹」の員として、緑小学校において読み聞かせのボランティアをしています。今日は、そのための本を探しにきました。

自宅では、町の図書室から数十冊の本を借りて文庫を開設し、近所の方々に利用してもらっています。



ひろこ 岡本 尋子さん(中十町)

「シクスティーズの日々 それぞれの定年後」 久田恵／朝日新聞社 シクスティーズ(＝六十歳代)とはどんな年代なのでしょう。 残された人生に向けて、人それぞれの暮らしや形、生き方を大きく変える「人生の転換期」ではないでしょうか。あなた自身の「これまで」と「これから」を重ね合わせるようにして、本の中の言葉に耳を傾けてください。	「わが子が成功するお金教育」 榎原節子／講談社 なぜ、今お金教育が重要なのか。親はわが子に小遣いをどう渡せばよいのか。 家庭で簡単にできるプロジェクトなど紹介してありますので、読み終えたらすぐに実行ですね!	「キッドナップツアー」 角田光代／理論社 5年生の夏休み初日、わたしはお父さんにユウカイ(＝キッドナップ)された。甲斐性ない。だらない。お金ない。3N(ナイ)の父親と娘ハルとのひと夏のユウカイ旅行。
「夏の庭」 湯本香樹実／徳間書店 「死んだ人って、重たそうだった。」お葬式から帰った山下が言った。 死ってなんだろう。死んだらどうなるの?好奇心から一人暮らしの老人を観察し始めた3人の少年たちは、やがて老人と口をきくようになり、様々なことを教わる。	「視覚ミステリーえほん」 ウォルター・ウィック／あすなろ書店 錯覚の世界へようこそ! この本の写真はどれも光や角度を調節してカメラの前の物体を忠実に再現したものです。 頭はやわらかく、神経はとぎずまして秘密を見つけてください。	「おさるのジョージ キャンプにいっく」 M&HA・レイ／岩波書店 かわいい子ぎるのジョージと仲良しの黄色いぼうしのおじさんは、お休みの日にキャンプにいきました。 ジョージは、キャンプ場でお手伝いするはずが、うまくいかず、他のことに気を取られているうちに森の中へ入って行ってしまいました。

図書室の利用時間 午前9時～午後10時までとなっています。本の貸出し期間は2週間までです。

INFORMATION

INFORMATION