

健康福祉掲示板

9月10日は世界自殺予防デー

9月10日～16日は自殺予防週間です

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】

大切な人を守るために、あなたにもできる行動があります。悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげて、見守ってください。

認知症の予防と対応

健康福祉課地域包括支援センター
【☎028(677)6080】

- 【予防】健康管理・閉じこもり回避
生きがいサロンでは、介護予防の運動のほか脳トレなども実施していますので、ぜひご参加ください。少し様子が変わらなと感じたら、医療機関への早めの受診も必要です。
- 【対応】地域での協力・見守りが大切
家族や親類だけでなく、地域で協力し、見守ることが大切です。
- 「認知症サポーター養成講座」
地域やグループからの要望により実施しますので、ご連絡ください。
- ◆心配なことやわからないことがあるときは、地域包括支援センターにご相談ください。

給付金の交付申請受付中

健康福祉課福祉係【☎028(677)1112】

- 通知が届いた人で、支給要件に該当する人は、申請してください。
- 最終受付締切日/臨時福祉給付金:10月1日(水)
- 申請先/健康福祉課窓口

総合検診日程

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】

実施日	会場
9月4日(木)	農業者トレーニングセンター
9月5日(金)	農業者トレーニングセンター
9月6日(土)	農業者トレーニングセンター
9月7日(日)	水橋分館
9月8日(月)	水橋分館
9月9日(火)	生涯学習センター
10月25日(土)	生涯学習センター
10月26日(日)	農業者トレーニングセンター
10月27日(月)	農業者トレーニングセンター
10月28日(火)	水橋分館
10月31日(金)	水橋分館
11月1日(土)	工業団地管理センター
1月16日(金)	保健センター (子宮・乳・大腸がん検診のみ)

- ※受付時間は8:00～11:00です。
- (1月16日のみ受付13:00～14:30)
- ※予約が済んでいない人はお申し込みください。

「体力測定」参加者募集

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】

- 対象/20～79歳の町民
- 期日/9月7日(日)受付8:00～
- 場所/町体育館
- 料金/無料
- 内容/体力測定、健康チェック、血管年齢測定、体組成計測定
- 必要な物/体育館シューズ、運動の出来る服装、タオル、水分補給の飲み物
- 申込/9月5日(金)までに健康係へ連絡(当日受付可)

ドック検診の費用を助成します

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】

- 対象/35歳以上75歳未満の町国民健康保険の被保険者で、町税の滞納や所得未申告のない世帯の人
- 申込期限/12月26日(金)
- 受診期間/平成27年1月31日(土)まで
- 助成金額/2万円
- 医療機関/芳賀赤十字病院、宇都宮記念病院、宇都宮セントラルクリニック、宇都宮東病院、済生会宇都宮病院、自治医科大学健診センター、栃木県保健衛生事業団、ミヤ健康クリニック、鷲谷病院、うつのみや病院(旧称 宇都宮社会保険病院)、藤井脳神経外科

役場駐車場に献血バスが来ます

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】

- 16～69歳の健康な人の積極的なご協力をお願いします。ただし65歳以上の人は60～64歳の間に献血経験のある人に限ります。
- 日時/9月29日(月)14:00～16:30
- 受付/役場1階ロビー
- 内容/全血献血(200mL、400mL)※成分献血は行いません。
- 持参物/献血カード(お持ちの人のみ)、身分証明書(免許証など)
- 注意事項/健康状態や服薬状況などにより献血できない場合があります。

9月乳幼児健診・予防接種・相談

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】

乳幼児健診	期日	備考
4カ月児健診	3日(水)	平成26年4月生
6カ月児相談	3日(水)	平成26年1月・2月生
10カ月児健診	10日(水)	平成25年10月・11月生
1歳6カ月児健診	12日(金)	平成25年2月・3月生

予防接種・相談	期日	備考
BCG集団接種	11日(木)	平成25年9月13日～平成26年6月12日生 予約制
栄養相談	9日(火)	予約制
こころの相談	8日(月)	予約制
	17日(水)	

芳賀町人発見!

ミュージシャン 矢口友由枝さん(26歳・祖母井)



バンドを組みミュージシャンを目指し活動中の矢口友由枝さんを紹介いたします。友由枝さんは、3人組ロック系バンド「モノオト」のリーダーで、ボーカルを担当しています。さらに作詞作曲もこなし、才能を発揮しています。

友由枝さんの実家は、モテナス芳賀の西側にあるお母さんが経営するカフェレストラン「ハンド・オブ・エン

ジェル」で、元々は祖母井代町にあった矢口食堂で育ちました。小さい頃に聞いたおじいちゃんのカラオケの影響で音楽に興味を持ち、小学校ではバンド部、中学校でも吹奏楽部に入部し、アルトホルンやバリトンサクソスを担当しました。また、リズム感に体が染み込ませようと、高校ではダンス部に入部しました。

中学の時からミュージシャンを目指し始めていた友由枝さんは、両親に相談すると希望する高校よりレベルが上の高校の合格を絶対条件とされ、受験勉強を頑張つて合格し、高校卒業後、東京の音楽専門学校に入学しました。その時知り合った今の仲間とバンド「モノオト」を結成し、ライブハウスなどで活躍しています。普段は飲食



「モノオト」メンバー
左：ドラム 康平
中央：ボーカル ゆりえ
右：ギター 剛志
HP: <http://monooto.com/>

店で働き生活していますが、いつかは中学からの夢であるミュージシャンになることを目指しています。おばあちゃんも東京でライブがあると応援に駆け付けるそうです。皆さん「モノオト」の今後の活躍を期待し応援してください。

野菜ソムリエ NAOMIの野菜を食べよう☆

パプリカ (ナス科トウガラシ属)



「パプリカ」とはハンガリー語で「ピーマン」の意味。ピーマンのように初めは緑色で、太陽の光を浴びて徐々に色鮮やかに熟します。形や大きさ、色もさまざまで種類は豊富です。日本で販売されているパプリカの9割が輸入品で、国産パプリカは貴重です。

甘味の強い大型ピーマン

果肉が厚くジューシーで、苦味や青臭さはほとんどなく生のままでもおいしく食べられます。サラダ、ピクルス、マリネや素焼きが最高!
◀調理例▶炒め物：チンジャオロース
揚げ物：串揚げ・天ぷら
煮物：肉詰め・スープ・カレー



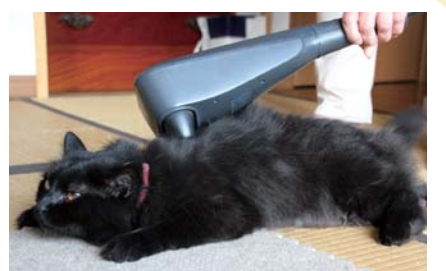
石下尚美さん

- こんな効果があります♪
- ◇βカロテン…赤・オレンジ・黄色は豊富で、油と一緒に摂ることで吸収率アップ
 - ◇ビタミンC…含有量はトップクラスでレモンの2倍、加熱しても壊れにくい
- パプリカの選び方
- 柔らかいものやしわが目立つものは避ける
 - 重みや弾力があり、色は均一でつやがあり、軸の切り口が新しいものが多い

わが家のオンリーワン♡

企画課情報広報係【☎028(677)6099】

あなたのかわいいペットを紹介します。とっておきのショットをお送りください。※毎月10日締切



ましやくん(猫、オス) 黒崎晃男さん(芳志戸)
マッサージ器でマッサージされるのがお気に入り。毎日朝夕、おじいちゃんと一緒に散歩に行くのが大好きで、出掛ける前はいつもおじいちゃんのことを待っています。

- 必要事項
動物：名前、動物の種類名(例…柴犬、三毛猫)、性別
飼い主：氏名(フルネーム)、住所(大字のみ掲載します)、電話番号(掲載はしません、掲載事項に関して確認が必要な場合係からご連絡します)
- 応募方法
写真(実物またはデータ)を、一言コメント(あれば)・上記必要事項と併せて係へ提出

美し芳賀野

～梨畑～
(祖母井の金田正さん宅)

丹精込めて大切に育てられた甘い梨が、夏の太陽の強い日差しを浴びて、枝いっぱいいたわに実ります。

