

# 健康福祉 掲示板

## 1～2月は「はたちの献血」キャンペーン月間です

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】  
冬場から春先にかけては、年間で最も輸血用血液が不足しがちです。また、少子高齢化により、今、健康で若い皆さんの一層の献血への協力が求められています。新成人の皆さん、「はたちの記念」に献血に行きましょう。  
○献血会場／栃木県赤十字血液センター、うつのみや大通り献血ルームなど  
○献血のできる人／16歳から69歳までの健康な人（65歳以上の献血については、60～64歳の間に献血経験がある人）、1980年～96年までの間に通算1ヶ月（31日）以上のイギリス滞在歴のない人、海外から帰国後4週間が経過している人

## 歯周疾患検診の助成は1月末まで

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】  
○対象／芳賀町民で平成27年3月31日現在40～70歳の人  
○内容／問診、歯と歯肉の検診、結果に応じたアドバイス  
○検診期間／1月31日まで  
○検診料金／自己負担400円（差額は町で負担）※70歳、生活保護、住民税非課税世帯の人は無料  
○受診方法／医療機関に直接予約（ただし受診券が必要です）  
○受診券／40・45・50・55・60・65・70歳の節目年齢の人には7月に郵送済みです。それ以外の年齢の人は健康係へお申し込みください。  
○医療機関／今井歯科医院、小林歯科クリニック、やなぎだ歯科クリニック、塩田歯科クリニック、たけざわ歯科医院

## 1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	7日(水)	平成26年8月生
6カ月児相談	7日(水)	平成26年5月・6月生
10カ月児健診	14日(水)	平成26年2月・3月生
1歳6カ月児健診	9日(金)	平成25年6月・7月生
予防接種・相談	期日	備考
BCG集団接種	8日(木)	平成26年1月10日～平成26年10月9日生予約制
栄養相談	13日(火)	予約制
こころの相談	19日(月)	予約制
	21日(水)	

## 町の計画案に対するご意見を募集します

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】  
次の計画案に対するご意見を、郵送・FAX・メールなどでお寄せください。  
○ご意見を募集する計画案・問い合わせ先／  
①芳賀町地域福祉計画(案)・芳賀町地域福祉活動計画(案)  
町では、子ども・高齢者・障がいのある人などだれもが、住み慣れた地域で、健康で安心・安全に暮らし続けていけるよう地域福祉を推進するため、社会福祉法に基づく計画策定に取り組んでいます。「地域福祉計画」は地域福祉の推進に関する事項のもの、「地域福祉活動計画」は社会福祉協議会が地域福祉を実践するためのものです。  
健康福祉課福祉係【☎028(677)1112】  
②芳賀町高齢者総合保健福祉計画(案)  
町では、高齢者の保健福祉事業の促進と介護保険事業に係る保険給付の円滑な実施を図るため、老人福祉法・介護保険法に基づく計画策定に取り組んでいます。  
健康福祉課介護係【☎028(677)6015】  
○募集期間／1月20日(火)～2月19日(木)  
○閲覧場所／町ホームページ、健康福祉課(①)・高齢者支援課(②)窓口、町民会館、生涯学習センター、生涯学習センター水橋分館、総合情報館

## がん検診無料クーポン券の使用期限は1月末まで!

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】  
国のがん検診推進事業により、次の人はがん検診が無料で受けられます。対象者には平成26年5月に受診案内と無料クーポン券を郵送済みです。  
○対象者／子宮がん検診…20歳の女性、乳がん検診…40歳の女性、大腸がん検診…40・45・50・55・60歳の男女 ※年齢基準日は平成26年3月31日  
○受診方法／受診案内に記載されている指定医療機関に電話予約  
○クーポン券使用期限／1月31日

## ノロウイルス食中毒に注意!

健康福祉課健康係【☎028(677)6042】  
●石けんによる手洗いを徹底しましょう  
●調理設備や器具を適切に洗浄・消毒しましょう  
●食品の加熱は85～90℃で90秒以上行いましょう  
●使い捨て手袋やマスクを正しく着用しましょう

### 芳賀町人 発見!

はがまちびと  
日本放送協会(NHK) 宇都宮放送局長 田野辺隆男さん(54歳・稲毛田)

田野辺さんは、稲毛田に生まれ、稲毛田小・芳賀中を卒業し、宇都宮高校から東京大学法学部に入りました。東京大学卒業後は、日本放送協会いわゆるNHKに入局し、高松放送局、東京渋谷の本社報道局、盛岡放送局、徳島放送局などを経験し、平成26年6月に宇都宮放送局長に就任しました。

中学校では剣道部に所属し、寒い冬も毎日稽古に汗を流していたそうです。大学に入学してから報道の仕事に興味を持ち始めてNHKに入局し、世の中動きを多くの人に伝えたいと報道部門のディレクターを希望しました。番組製作にあたっては「神様は細部に宿る」という信念で、細かいところまで注意し、正確に伝えることを今でも意識しているそうです。仕事の中でもうれしいことは「見ている方も楽しんでいただけたらいいな」と感じています。

現在、ご家族と離れて宇都宮に単身赴任しています。長く一人暮らしをしていることで、健康管理には特に注意

を払うため、自分で食事を作ることが得意になったそうです。また、取材などで地方に出かけるときは、その街の雰囲気を楽しみながらウォーキングをすることが楽しみだそうです。

宇都宮に赴任し、改めて栃木の良さを再確認した田野辺さんは、地元芳賀町の未来に大きな期待を寄せています。



### 野菜ソムリエNAOMIの野菜を食べよう☆

#### おせち料理

元旦は年神様をお迎えして豊作と家内安全を祈願しますが、おせち料理は神様へのお供え物として大みそかにお供えし、年明けにそのお下がりをいただくものです。神様をお迎えしている三が日の間は炊事をしないという風習から、日持ちのする料理を年末に作って三が日はそれを食べる慣わしがあります。

石下尚美さん

おせち料理の意味・由来と栄養

黒豆：黒には魔除けの力があるとされる。マメに働きマメに暮らせるようにと、邪気を払い、無病息災を願う。  
○アントシアニンやサポニンには抗酸化作用や血液をサラサラにする効果あり。



昆布巻き：「養老昆布(よろこぶ)」から不老長寿の縁起物。「子生(こぶ)」の語呂から子孫繁栄を願う。  
○昆布や海藻の表面にあるぬめりは、水溶性食物繊維。傷付いた組織細胞を修復し免疫力を高める。高血圧の予防効果あり。



伊達巻き：諸説あるが、巻物の形が書物に似ていることから、学問や習い事の成就を願う。  
○高カロリー食品。魚と卵を使用するためたんぱく質が豊富だが、糖分・塩分も多く含むので食べ過ぎに注意。



## 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



●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

ショコラちゃん(柴犬、メス)  
黒崎忍さん(祖母井)  
まだ6カ月のかわいい女の子。家の中ではボール遊びが大好きです。ただいまおすわりを練習中。

## 美しく芳賀野

～イルミネーション～  
(役場駐車場)

木々に飾られたたくさんの電球が、冬の芳賀町の澄んだ夜空にまばゆい光を放ち輝きます。

