

これからもお元気で。
元気に長生き!

- ◆100歳を迎えられた方 (2月19日現在) 2月 7日 □□ □□さん (広青苑)
- ◆90歳を迎えられた方 (2月19日現在) 1月31日 □□ □□さん (落合)
- 2月 2日 □□ □□さん (仲町) 2月15日 □□□□さん (東磯ノ目)

町で100歳と90歳を迎えられた方をご紹介します。 ※掲載を希望しない方は、お祈りに勇気にお知らせください。



歌うことが好き

□□□□さん

(広青苑・大正11年生まれ)

2月7日、□□□□さんが満100歳の誕生日を迎えられました。馬場目水沢で生まれ育った□□さんは結婚されたのち、子どもは4人、孫は11人、ひ孫は6人に恵まれました。若いころは、町内の企業に勤める傍ら、畑や田んぼでの農作業に励んだそうです。また、歌うことや民謡を聞くことが好きで、現在は、入所している施設でのおいしい食事を楽しみにしながら過ごしているとのこと。長寿の秘訣は、「しっかりと体を休めることや、よく食べる」と話していました。

ひ孫に会うのが楽しみ

□□□□さん (落合)

孫は4人、ひ孫は10人に恵まれた□□さん。親族が県外に住んでいるため、ここ2年ほどは会えていないそう。で、「早くみんなに会いたい」と話していました。



今でも畑仕事に励んでいるとのこと。「適度に体を動かすことや、好き嫌いをなくんでもよく食べる」ことが、長寿の秘訣と話していました。

家族で支え合い長寿

□□□□さん (仲町)

「ひ孫たちに会うのが楽しみ」と、□□さん。近くに住んでいる家族が毎週のように遊びにくるそう。□□さんの元気な姿を見ることが、家族の心の支えになっているとのこと。足腰が丈夫で、畑仕事ほかに、冬期間は毎日のように自宅周辺の除雪を行っているそう。で、「体をよく動かすこと」が長寿の秘訣と話していました。



足腰が丈夫で、畑仕事ほかに、冬期間は毎日のように自宅周辺の除雪を行っているそう。で、「体をよく動かすこと」が長寿の秘訣と話していました。

感染症から子どもを守ろう!
3月1日(火)から3月7日(月)は子ども予防接種週間です



お子さんに必要な予防接種に接種漏れがないか、母子健康手帳を確認しましょう。

また4月からの入園・入学に備えて必要な予防接種を済ませ、病気を予防しましょう。

- 各医療機関が診療時間外に予防接種を行う場合があります。
- 通常の診療時間に予防接種を受けにくい方は、ぜひこの機会に接種しましょう。
- 診療時間は医療機関によって異なりますので直接お問い合わせの上、予約してください。

MR(第2期)、2種混合(ジフテリア・破傷風)、高齢者用肺炎球菌予防接種を受けましょう!
接種期限は3月31日(木)です

- ▼MR(麻しん風しん) 第2期
対象者:平成27年4月2日~平成28年4月1日生まれの方
料金:無料
- ▼2種混合(ジフテリア・破傷風)
対象者:平成21年4月2日~平成22年4月1日生まれの方
料金:無料(13歳の前日まで)
- ▼高齢者用肺炎球菌
対象者には昨年4月に通知をしています。(通知が届いた方であっても、今までこのワクチンを接種したことがある方は助成対象外です)

助成額:3,000円(各医療機関の定める接種料金から3,000円を差し引いた額が医療機関で請求されます)

※接種期限を過ぎた場合は助成対象外です。未接種の方は医療機関に予約をして接種しましょう。

お問い合わせ 町健康福祉課 (☎852・5180)



3月 健診お知らせカレンダー

健診

- 3日(木) 3歳児健康診査
対象 平成30年7月~8月生まれ
受付 12時45分~13時15分 場所 役場1階保健室
- 4日(金) 1歳児健康相談
対象 令和2年12月~令和3年2月生まれ
受付 10時~10時30分 場所 役場1階保健室
- 28日(月) 乳児健康診査
対象 令和3年5月、8月、11月生まれ
受付 12時45分~13時15分 場所 役場1階保健室

その他

- 1日(火)・15日(火) 母子健康手帳・子育て支援クーポン券の交付
受付 9時~15時 場所 健康福祉課
※指定日以外で交付を希望される方は、事前にご連絡ください。
- 16日(水) 離乳食づくり教室
対象 対象者には通知済みです。
受付 10時~正午 場所 ケアセンター五城目2階

お問い合わせ 町健康福祉課 (☎852・5180)

遊びにおいでよ
「こどもの木」

- ▶利用時間 月曜日~金曜日(祝日を除く)
午前9時30分~正午
午後1時~午後2時30分

3月のわんパーク (午前10時開始)

- ▶3月 1日(火) ひなまつり会をしよう
- ▶3月10日(水) 1年を振り返って&誕生会



1月に開催した「キッズダンス」

※いずれも、事前予約をお願いします。
※こどもの木は当面の間、町民限定の利用となっています。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
※状況により、行事内容が変更になることがあります。予めご了承ください。

お問い合わせ もりやまこども園内
こどもの木 (☎852・3805)
✉ kodomonoki@kids-moriyama.or.jp



「すっきりストレッチ教室」を開催します

- ▶対象者 高齢者
 - ▶日時 3月17日(木)
午前10時30分~午前11時30分
 - ▶場所 五城館 1階多目的ホール
 - ▶講師 財日本スポーツ協会認定スポーツリーダー 小山田聖子さん
 - ▶内容 ストレッチ
 - ▶持ち物 飲み物、タオル、運動しやすい靴、介護予防手帳(65歳以上でお持ちでない方へは交付します)
 - ▶申し込み 3月16日(水)まで
- ※マスクを着用し、運動しやすい服装でお越しください。

「男性のための健康運動教室」を開催します

- ▶対象者 高齢者(男性)
 - ▶日程 3月16日(水)
午前10時30分~午前11時30分
 - ▶場所 五城館 1階多目的ホール
 - ▶講師 ADL高齢者体操上級公認指導者 柴田 栄宜さん
 - ▶内容 ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動等
 - ▶持ち物 飲み物、タオル、運動しやすい靴、介護予防手帳(65歳以上でお持ちでない方へは交付します)
 - ▶申し込み 3月15日(火)まで
- ※マスクを着用し、運動しやすい服装でお越しください。

いずれも、五城目町はつらつポイント事業の対象です
お申し込み・お問い合わせ 町地域包括支援センター (☎855・1070)