

数十年に一度の大規模災害への備えとして

## 江合川越水危険箇所での共同点検



11月12日(木)に、昨年9月11日に猛威を振るった関東・東北豪雨時に、越水の浸水被害があった江合川右岸砂田地区等において、涌谷町職員の他、涌谷町消防団団長、10区自治会長・民生委員及び国土交通省東北地方整備局北上川下流河川事務所副所長等と共同で点検を実施。

今後の水害時における避難を呼びかける際の注意点や情報提供手段の確認が行われました。

癒しの音楽家の音色に魅了されたひととき

## 松尾泰伸ピアノソロコンサート



12月13日(日)に、わくや天平の湯小劇場において「みやぎそよ風の会」主催で「松尾泰伸ピアノソロコンサート」が開催されました。満席の中、オカリーナ彩音との共演でスタート。羽生結弦選手のエキシビジョン曲「天と地のレクイエム」は、胸に迫るメロディが奏でられました。

5月に再び松尾氏のコンサートを企画しているそうです。チケットの収益金は全て寄付されています。

しろやま さん  
城山の金さん徒然日記

## 城山の金サンタがやってきた

12月24日(水)、今回で2回目となる八雲児童館の「サンタがやってくる！」にわしも同行させて頂いた。今回は4軒のご家庭を回らせていただいたのじゃが、玄関を開けると「きやあ！城山の金さん！」や「写真を撮ってもいいですか？」などとありがたいリアクションを多数頂いた。

また、温かく出迎えていただいたほか、お手紙や差し入れを逆にプレゼントしていただき、感謝の極みじゃ。ちなみに、去年はわしに驚いて固まってしまったお子さんが、今年は楽しみに触れ合ってくれ、成長を目の当たりにでき、楽しい気持ちとなれた。



写真)訪問先で記念撮影。うれしそうな表情でわしもうれしい。

子育て支援サークル・おひさまスマイル活動報告

## みんなで楽しむクリスマスパーティ

12月11日(金)に町民医療福祉センターで「クリスマスパーティー」を開催。まず、ステンドグラスのように光を通す紙で「ローズウインドー」づくり挑戦。色とりどりの美しいクリスマス飾りが完成し、さっそく窓に飾って楽しみました。

次に手作りスイーツでのティータイム、恒例となったスタッフによるハンドベル演奏、オカリナによる四重奏の讃美歌やクリスマスソングメドレーで、素敵なひと時を過ごしました。そこへ大きな袋をついだサンタさんが登場して大盛り上がり。子ども達とママにもプレゼントを届けてくれました。詳しくはおひさまスマイルのブログで。



写真)「まきびとひつじを」の二重奏にハンドベルで挑戦。

ご存知ですか？

## 国民年金の任意加入制度

60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間（25年）を満たしていない場合や、40年の納付済期間がないために満額受給できない場合であって、厚生年金・共済組合に加入していない際は、60歳以降でも任意で加入できます。

ただし、さかのぼって加入することはできません。

### 【任意加入できる方】

- ① 年金額を増やしたい方は、65歳までの間
- ② 受給資格期間を満たしていない方は70歳までの間
- ③ 外国に居住する20歳以上65歳未満の日本人

### 【保険料の納付方法】

- ①・②の方は、原則口座振替となります。
- ③の方は、切符での支払いも可能です。

### 【手続き先】

お住まいの市区町村窓口 ※海外居住の方の任意加入は、状況により手続き先が異なります。また、任意加入中の方が帰国により国内に住所を有した場合は、国民年金強制加入被保険者となります。その際は、改めて手続きが必要となります。

ご不明な点がありましたら、上記までお問い合わせください。

▼問合先  
古川年金事務所国民年金課  
☎23-12003  
町民生活課 町民生活班  
☎44-2898



被災者の皆さまへ

## 被災者生活再建支援金申請期間の再延長

東日本大震災により居住する住宅が全壊するなど、生活基盤に著しい被害を受けた世帯に対し、支援金を支給し、生活の再建を支援する制度です。

対象世帯には「被害程度」と「再建方法」に依じて「基礎支援金」と「加算支援金」の2つの支援金があります。

### ▼対象

居住している住宅（アパート等含む）が全壊（※）または大規模半壊した世帯で、涌谷町から災証明書を交付された方が対象です。  
※まだ申請されていない方 ※単身世帯の場合は各支給額の4分の3になります。

### 【基礎支援金】

- 全壊 100万円
  - 大規模半壊 50万円
- ※住宅が半壊した場合で、その住宅を解体した世帯は全壊として扱います。

### ▼延長期間

平成28年4月10日まで

### ▼必要書類

り災証明書、世帯主名義の預金通帳、世帯全員の住民票、解体した場合は解体証明書

### 【加算支援金】

- 建設・購入 200万円
- 補修 100万円
- 賃貸住宅（※公営住宅入居者を除く）50万円

### ▼延長期間

平成30年4月10日まで

### ▼必要書類

契約書の写し

▼問合先  
福祉課 福祉班  
☎43-51111  
(内線517)

古川税務署からのお知らせ

## 確定申告はお早めに

納税者のみなさまに円滑に確定申告をしていただくため、庁舎内に申告書作成会場を開設します。例年3月は、たいへん混雑しますので、早期にご来場いただくようお願いいたします。

### ▼開設期間

- 2月16日(火)～
- 3月15日(火)
- 9時～17時

(土日・祝日を除く)

### ▼申告・納期限

● 所得税及び復興特別所得税

- 3月15日(火)
- (振替日4月20日(水))
- 消費税及び地方消費税 3月31日(木)
- (振替日4月25日(月))
- 贈与税 3月15日(火)

▼問合先  
古川税務署  
☎22-17711

平成27年度最後です！

## さくらんぼこども園なかよしルーム

今年度のなかよしルームは、2月で終了となります。仲良しになったお友達や同じ年齢のお友達と遊んで、楽しい時間を過ごしましょう。4月から本園に入園予定のお子さんもぜひご参加ください。今回は、給食試食を行います。

▶ 問合せ・申込先

さくらんぼこども園 鈴木  
☎ 43-6681

▶ 対象

6ヶ月～3歳までのお子さん又は平成28年度さくらんぼこども園に入園予定のお子さん

▶ 日時 2月10日(水) 10時～11時

※準備の都合上、8日(月)までにご連絡ください。

大崎地域を世界農業遺産へ！

## 世界農業遺産推進シンポジウム

現在大崎地域1市4町で伝統的な農業システムと、農業が育む伝統文化や生態系などを未来の子供達へ発展・継承させるため「世界農業遺産」への認定を目指しています。

今回シンポジウムを開催し、世界農業遺産が目指す姿を理解いただくとともに、大崎地域の豊かな農業農村の持つ価値を再認識し、その価値をより高め継承するための取り組みについて共に学び考えます。ご応募の程よろしくお願ひします。

▶ 問合せ・申込先

大崎市世界農業遺産推進室（産業経済部産業政策課内）☎ 23-2281



先人の絶え間ない努力と知恵が育んできた豊饒の大崎「大地里山」。伝統的な農業システムと農家が育む伝統文化や多様な生態系など、地域の宝を再認識し、一層誇りある地域として未来の子供達にも共に発展・継承させるため「世界農業遺産」への認定を目指しています。本シンポジウムでは、世界農業遺産が目指す姿を理解いただくとともに、大崎地域の豊山から大地里山までつながる豊かな農業農村の持つ価値を再認識し、その価値をより高め、継承するための取り組みについて共に学び、考えます。

2016  
日時 2/13(土) 13:00~16:00  
場所 芙蓉閣  
大崎市古川駅前大通6-2-8  
入場無料  
定員200名

基調講演  
世界農業遺産  
～注目される日本の大地里山～  
講師：国際連合大学上級副学長 武内和彦 氏  
1974年東京大学理学部地理学専攻、1976年同大学農学系研究科農学専攻修士課程修了。東京大学アジア生物資源環境研究センター教授、同大学農学系生命科学研究科環境学専攻環境学専攻主任、同大学農学系生命科学研究科（R35）機構長・教授、国際連合大学（UNU）上級副学長、国際連合事務次長補を併任。日本学術会議会員、食料・農業・農村政策審議会会長代理なども務める。  
著作に「世界農業遺産 一注目される日本の大地里山」（祥伝社新書）など

【主 催】大崎地域世界農業遺産推進協議会・宮城県  
Globally Important Agricultural Heritage Systems

地域の食材で食育推進

## 第8回わくや発 食の町民まつり

「地産地消」を推進し、生産者と消費者の相互理解を深めること及び「食育」に対する町民の意識の高揚と機運の醸成を図ることを目的とした食のおまつりです。

▶ 問合せ先

涌谷町地域活性化実行委員会  
（農林振興課内）  
☎ 25-8511

▶ 内容

涌谷産農産物を使った料理の試食など

▶ 日時

2月6日(土) 11時～13時30分

▶ 場所

わくや天平の湯小劇場及び世代館

▶ 主催

涌谷町地域活性化実行委員会  
涌谷町食育推進協議会

### 広告

#### わくやふれあい農園利用者募集 「野菜作りを楽しみませんか！」

- ・施設概要：休憩所、トイレ駐車場、用水施設
- ・利用区画：1区画約60㎡
- ・利用料：年間10,000円（更新可）
- ・その他：栽培指導、小農具管理機、有機たい肥（常備）
- 場所 わくや天平の湯駐車場となり(涌谷町中江南)
- 問合せ・利用申込先 わくやふれあい農園運営協議会  
代表 安部川好三 ☎090-1370-9062

### 広告

#### 涌谷町シルバー人材センターからのお知らせ

町内の60歳以上の方178人が登録しております。平成28年もそれぞれの方の技術や体力に合わせて頑張ってまいりますので、よろしくお願ひいたします。

- 入会を希望される方について  
随時入会説明をいたしますので、事務所へお越しください。
  - 仕事の依頼について  
電話が事務所に直接お越しください。仕事の内容・条件・金額をお伺いし、まずは、お見積りいたします。
- (公社)涌谷町シルバー人材センター ☎44-1710

**今年の申告期間は、  
2月10日（水）から  
3月15日（火）まで**

**▶受付開始時間**

- 役場2階 大会議室 7時から
- 農村環境改善センター 8時から  
午後の部も受付できます。

**▶受付終了時間**

- いずれの会場も16時まで  
ただし、2月19日(金)と2月26日(金)は  
15時で受付終了となります。

**▶申告相談可能人数**

**午前中は、40人まで**とさせていただきます。

**期限間際は、大変混雑します！  
ご注意ください。**

**▶その他**

- 可能限り指定の日に申告されますようご協力ください。指定日に都合が悪い場合は早めに申告してください（受付は午後の部でお願いします）。申告に必要な書類は忘れずにお持ちください。
- 東日本大震災で被災された方で、雑損失の繰越控除等を受けられる方は、1月配布の「平成27年分所得申告相談について」をご覧ください、平成26年分の確定申告書（第四表(損失申告用)）をご持参ください。
- 麓岳地区の申告相談期間（2月22日から2月26日まで）には、役場で申告相談をお受けすることができませんので、ご注意願います。

対象行政区	月	日	相談時間	会場	
西 地 区	1 区	2月17日	(水)	9時～11時30分 13時～16時	役場 2階  大会議室
	2の1区	2月12日	(金)		
	2の2区	2月15日	(月)		
	2の3区	2月19日	(金)	9時～11時30分 13時～15時	
	3 区	2月16日	(火)	9時～11時30分 13時～16時	
	4 区	2月15日	(月)		
	5の1区	2月17日	(水)		
	5の2区	3月1日	(火)		
	6 区	2月18日	(木)		
	7 区	3月1日	(火)		
	8 区	3月9日	(水)		
	9の1区	3月9日	(水)		
	9の2区	3月10日	(木)		
	9の3区	3月11日	(金)		
	八雲区	2月10日	(水)		
	10区	3月14日	(月)		
11区	3月15日	(火)			

対象行政区	月	日	相談時間	会場	
東 地 区	下小塚区	3月3日	(木)	9時～11時30分 13時～16時	役場 2階  大会議室
	上小塚区	2月18日	(木)		
	黄金区	3月8日	(火)		
	日向区	3月7日	(月)		
	下町区	3月4日	(金)		
	城山区	3月7日	(月)		
	上町区	2月29日	(月)		
	上谷地区	2月12日	(金)		
	下郡区	2月29日	(月)		
	上郡1区	3月2日	(水)		
上郡2区	3月2日	(水)			
麓 岳 地 区	長根区	2月22日	(月)	9時～11時30分 13時～16時	農村環境改善 センター  役場
	小里区	2月22日	(月)		
	岸ヶ森区	2月23日	(火)		
	脇 区	2月24日	(水)		
	成沢区	3月8日	(火)	9時～11時30分 13時～15時	
	太田区	2月26日	(金)		
	麓岳区	2月26日	(金)		
	吉住区	2月23日	(火)		
猪岡区	2月24日	(水)	9時～11時30分 13時～16時	農村環境改善センター	
短台区	2月25日	(木)			
大谷地区	2月25日	(木)			

**▶問合先**

所得税については  
古川税務署 ☎22-1711  
住民税については  
涌谷町役場税務課税務班 ☎43-2114

# 決まった期日まで、お忘れなく。 所得申告相談が、 始まります。



**今**年も所得申告相談を実施します。  
これは、去年一年間（平成27年1月1日から平成27年12月31日）の収入等の状況について行うもので、**申告をしないと保育所入所、年金の免除申請、社会保険等の扶養申請、町営住宅入居などに必要な所得証明書等が発行できません。**

また、国民健康保険税や介護保険料・後期高齢者医療保険料の計算にも必要となりますので必ず期間内に申告しましょう。自分は申告が必要なのかは、下の「申告チェックシート」で確認できます。なお、収入が年金のみの方の場合は、電話での申告受付ができます。

申告については1月に配布した『平成27年分所得申告相談について』もご確認ください。

## 申告チェックシートは、こちら



平成28年1月1日現在、 涌谷町に住民登録していましたか？	平成28年1月1日に住民登録していた市町村等で確認してください。																			
平成27年1月1日から平成27年12月31日までに収入がありましたか？	以下に当てはまる場合は申告が必要です。 ● 所得証明書等が必要な方 ● 国保や後期高齢者医療保険の方 ● 年金等の免除を受ける方 ● 所得が関係する手続きをされる方 (所得がない旨の申告を含む)																			
障害者年金及び遺族年金等以外の収入がありましたか？																				
収入があった方で、 以下のいずれかに該当する方は申告が必要です！	給与所得のみで年末調整が済んでいる、または公的年金のみで控除は現況届で済んでいる方は変更がなければ申告は不要です。 ※ただし、障害年金・遺族年金のみを受給されている方は、各種保険料等の計算に必要なため、収入がなかった（障害年金・遺族年金のみであった）旨を連絡願います。（電話での申告も可能です）																			
<table border="1"> <tr><td rowspan="4">給 与</td><td>年末調整をしなかった</td></tr> <tr><td>2ヶ所以上から給与を受けている</td></tr> <tr><td>医療費控除等各種控除の追加または訂正がある</td></tr> <tr><td>給与以外にもその他の収入がある</td></tr> <tr><td rowspan="2">年 金</td><td>雇用主から涌谷町に給与支払報告書が提出されていない</td></tr> <tr><td>医療費控除等各種控除の追加または訂正がある</td></tr> <tr><td rowspan="3">上 記 以 外</td><td>個人年金の収入がある</td></tr> <tr><td>年金以外にもその他の収入がある</td></tr> <tr><td>営業等（内職も含む）の収入がある</td></tr> <tr><td rowspan="4">上 記 以 外</td><td>農業を営んでいる</td></tr> <tr><td>不動産収入がある</td></tr> <tr><td>利子・配当所得がある</td></tr> <tr><td>一時所得や雑所得がある</td></tr> <tr><td></td><td>土地などの譲渡所得がある</td></tr> </table>	給 与	年末調整をしなかった	2ヶ所以上から給与を受けている	医療費控除等各種控除の追加または訂正がある	給与以外にもその他の収入がある	年 金	雇用主から涌谷町に給与支払報告書が提出されていない	医療費控除等各種控除の追加または訂正がある	上 記 以 外	個人年金の収入がある	年金以外にもその他の収入がある	営業等（内職も含む）の収入がある	上 記 以 外	農業を営んでいる	不動産収入がある	利子・配当所得がある	一時所得や雑所得がある		土地などの譲渡所得がある	
給 与		年末調整をしなかった																		
		2ヶ所以上から給与を受けている																		
		医療費控除等各種控除の追加または訂正がある																		
	給与以外にもその他の収入がある																			
年 金	雇用主から涌谷町に給与支払報告書が提出されていない																			
	医療費控除等各種控除の追加または訂正がある																			
上 記 以 外	個人年金の収入がある																			
	年金以外にもその他の収入がある																			
	営業等（内職も含む）の収入がある																			
上 記 以 外	農業を営んでいる																			
	不動産収入がある																			
	利子・配当所得がある																			
	一時所得や雑所得がある																			
	土地などの譲渡所得がある																			

### ご注意ください

個人あてには通知をいたしませんので、申告が必要な方は3月15日(火)まで、忘れずに申告をしましょう。年金のみ（障害年金・遺族年金を含む）の収入の方は、電話での申告受付ができます。

申告会場では、インフルエンザなどの感染予防のため、マスクの着用や手の消毒等にご協力ください。

## 今年「禁煙」を目標としている皆さん必読 分煙・防煙、そして、禁煙

▶問合先  
健康課 健康づくり班  
☎43-5111(内線525)

### 《浦谷町でも進んでいます「分煙」の動き》

たばこの煙は、たばこを吸う人だけでなく、吸わない人への健康にも影響し、様々な病気の原因となっていることが明らかになっています。

浦谷町でも分煙に気を遣っている喫煙者が増えてきているのが、乳幼児健診のアンケートなどからも見てとれます。たばこが子どもの健康に良くないと理解している大人が増えている証拠と思われれます。

### 《浦谷町でも推進していきます「防煙」教育》

たばこの煙には4,000種類以上の化学物質が含まれていて、ニコチンやタール、一酸化炭素などの有害物質や発がん物質も含まれています。

現在では、テレビCM等でも子どもが、たばこやたばこの煙が自分自身や周りの人の健康に悪い影響を及ぼすことについて理解できる表現にできるよう努めているようです。

浦谷町でも今後は、周囲からたばこを勧められたときに、はっきりと断る意思表示ができるよう喫煙防止の教育を勧める予定です。

### 《まだ遅くない！始めませんか「禁煙」？》

そして、より重要なのは、禁煙です。

「いまさら禁煙してもなあ…」・「ストレスがあるから仕方ないよなあ…」と感じている方でも禁煙はできます。

**自分の意志でやめる他にも、禁煙補助剤を使う、禁煙外来を利用するなど自分に合った禁煙方法を選ぶことができます。**

たばこがやめられないのは意志が弱いからではなく、ニコチンの持つ強い依存性が原因といわれています。新しい年を迎えて禁煙を1つの目標にしていくのはどうでしょうか？



▲家の外でしか吸えないなら、いっそのこと禁煙しませんか？

## 東洋医学外来便り

### 第26回 様々な痛み

### 「寒湿」による腰痛



東洋医学には「人間は自然の一部であり、自然環境のような人体周囲の物理的条件は人体に影響する」という考え方があります。そのため自然界に存在する物理的条件は体に悪影響を及ぼすこともあります。腰痛の原因の一つとなる「寒湿」とは、自然界に存在する「寒」と「湿」という2種類の物理的条件が合わさったもので、何らかの原因により人体に影響を及ぼすと様々な症状を引き起こします。その一つが「腰痛」です。では、どのようなことが人体に影響を及ぼす原因となるのでしょうか。考えられる原因は次の通りです。

- ① 寒い環境による体への影響
- ② 雨に濡れて体を冷やす
- ③ 長時間湿ったところにいる
- ④ 薄着で過ごす

「寒湿」が体に侵入すると腰が冷えて重く痛む傾向にあり、安静にしても痛むことがあります。腰痛に加え下痢・体がだるい・むくみなどの症状も出ることもあり、気温が下がった時や雨が降る前などに悪化しやすく、腰を温めると痛みが軽くなるという特徴があります。

「寒湿」による腰痛を改善するためのツボと食材をご紹介します。「命門」は体の温める力を強くする作用があり、体の温める力を強めます。場所は腰の背骨上にあり、おへそのちょうど反対側の位置です。ここを服の上からホットカイロで温めましょう。市販されているお灸を使うのも効果的です。どちらを使うにしても火傷には十分気をつけてください。

食材では「寒」を取り除くねぎ・にんにく・羊肉・とうがらし、「湿」を取り除くはと麦・大豆・小豆・とうもろこしなどを普段の食事に取り入れると効果的です。

次回は「腎陽虚」の腰痛について詳しく解説していきます。

東洋医学外来  
鍼灸師 菊谷大亮  
医師 関 隆志

### 《東洋医学外来診療案内》

- ▶ 毎週火～木曜日 午前
- 毎週金曜日
- 担当 関 隆志 医師
- ▶ 第1・3月曜日
- 担当 渡邊 秀和 医師
- ▶ 毎週月曜日～金曜日
- 担当 菊谷 大亮 鍼灸師
- ▶ 診療は予約制です。
- 診療予約・問合先
- ☎0229-43-5111
- (内線102)



## からだのお塩、減らそう菜！

### ～野菜は1日5皿(350g)を目標に～

▶問合先  
健康課 健康づくり班  
☎43-5111(内線525)

#### 《どうして減塩が必要なの？》

「食塩」は体にとって必要ですが、大量に摂ると高血圧の原因に。血管は体中にあり、高血圧が続くと脳卒中や心筋梗塞などの命に関わる病気を自覚症状無く引き起こすといわれています。

#### 《野菜を食べるとどんな良いことがあるの？》

野菜にはカリウムという栄養素が含まれており、余分な塩分(ナトリウム)を体の外へ出し、血圧を下げる効果があります。「塩分を摂り過ぎたかな？」と思ったら、カリウムが豊富な野菜を多く食べましょう。サラダを食べるときにかけるドレッシングなどの調味料にも塩分が含まれているので、野菜を増やしても調味料は控えめにすることが大切です。ちなみにカリウムは、果物にも含まれていますが、果糖(糖分)を多く含むので、食べ過ぎに注意しましょう。

#### 《どうして1日に野菜を350g以上必要なの？》

生活習慣病を防ぐために必要な野菜の量は緑黄色野菜(かぼちゃ、トマト、にんじん等)120g、淡色野菜(大根、キャベツ、なす等)230gの合計350gと言われています。しかし、宮城県民の野菜の摂取量は目標量の350gまでと

約70g(1皿分)足りない状況にあります。野菜には糖の吸収を穏やかにして、悪玉コレステロールの増加を防ぎ、便通を改善する作用がある食物繊維を多く含みます。

#### 【70g(1皿)の例】

実だくさんのみそ汁、ほうれん草のお浸し(小鉢)、野菜サラダ(1皿分)など。

#### 《野菜もつと食べるためのコツ》

- ①加熱をしてかさを減らす。
- ②忙しいときは鍋や汁物に野菜を多く入れる。
- ③外食では野菜の多いメニューを選ぶ。
- ④市販の冷凍野菜などを活用する。
- ⑤時間があるときは作り置きしておく。

寒い時期は血圧が上がりやすくなり、血管へ負担がかかりやすいです。血圧を上げないためにもまずは、野菜を食べてからだのお塩減らしてみませんか？



※医師の指示のもと食事制限がある方は医師の指示での食事管理をお願いします。

☎43-5111(内線534) 問合先 健康課 健康づくり班

健診・相談名	日程・受付時間	対象者	場所	相談内容
4か月児健康診査	2月24日(水) 13:00~13:15	H27年9月生 10月生	集団医療福祉センター 検診室	身体計測 健康相談 小児科医 初期離乳食指導
1歳2か月児育児相談	2月18日(木) 9:15~9:30	H26年11月生 12月生		身体計測 健康相談 歯科診察(歯ブラシ持参) 離乳食の実演・指導・ 試食
2歳6か月児歯科健康診査	2月9日(火) 13:00~13:15	H25年7月生 8月生		身体計測 健康相談 歯科診察(歯ブラシ持参)

子ども健康カレンダー  
相談・健康診査の対象となっているご家庭には通知しますが、日程・受付時間を確認し、お越しください。  
母子健康手帳の交付は随時行っています。妊娠がわかった方は早めに交付を受けてください。  
なお、交付を希望される方は、事前に電話でご連絡ください。

## わくや健康ステップ21計画 ー運動習慣作り推進中ー 「ながら」体操で毎日運動♪～生活活動を増やそう～

### シリーズ10:片足立ち 体幹を鍛える!料理の合間にやってみよう!

1. 背筋を伸ばす
2. 息を吐きながら片足を持ち上げる
3. ゆっくりと足を下ろす
4. 目安は10回。上げる・下げるの動作をそれぞれ4秒かけて

めざそう!健康寿命100歳の町★わくや



▼問合先  
健康課 健康づくり班  
☎43-5111(内線550)



**おし歯のなかったお子さん**

**1月の3歳児健診**

2の1区 及川 敬大くん  
2の1区 佐々木 芽唯ちゃん  
2の3区 富澤 颯馬くん  
3区 佐々木 理緒ちゃん  
9の2区 吉田 遼祐くん

9の2区 後藤 理杜くん  
9の2区 田村 心夢ちゃん  
11区 浅野 琉衣くん  
11区 高橋 愛響くん  
下町区 千葉 寿希也くん

吉住区 黒澤 駿芽くん  
吉住区 鈴木 彩羅ちゃん  
猪岡区 藤村 さくらちゃん

## 防災交通だより



### 涌谷町の空間放射線測定結果

測定日：1月12日

測定場所	測定の高さ(m)	測定値(μSv/h)	測定場所	測定の高さ(m)	測定値(μSv/h)
役場	1.0	0.07	八雲児童館	0.5	0.05
	0.5	0.06	涌谷幼稚園	0.5	0.04
医療福祉センター	1.0	0.03	涌谷南幼稚園	0.5	0.06
涌谷第一小学校	0.5	0.05	ののだけ幼稚園	0.5	0.04
月将館小学校	0.5	0.05	小里箕岳学童クラブ	0.5	0.06
箕岳小学校	0.5	0.05	さくらんぼこども園	0.5	0.07
小里小学校	0.5	0.06	涌谷保育園	0.5	0.05
涌谷中学校	1.0	0.05	修紅幼稚舎	0.5	0.05
旧箕岳中学校	1.0	0.06	猪岡短台字平沢	1.0	0.10

測定器：環境放射線モニタ PA-1000Radi  
測定値：1分ごとに5回測定した平均値

※環境省が示す空間放射線量の基準値 0.23μSv/h

※役場と教育施設は、2週間に1回の測定、猪岡短台字平沢は、月1回測定。  
※猪岡短台字平沢は、1月19日に測定。

### 給食食材の放射性物質測定結果

区分	検査日	品目	生産地	測定結果	
				放射性セシウム(Cs-134)	放射性セシウム(Cs-137)
学校給食センター	1月20日(水)	長ねぎ	涌谷町	不検出	不検出
		白菜	涌谷町	不検出	不検出
		小松菜	石巻市	不検出	不検出
さくらんぼこども園	1月8日(金)	人参	千葉県	不検出	不検出
		玉ねぎ	北海道	不検出	不検出
		もやし	岩手県	不検出	不検出
涌谷保育園	1月5日(火)	鶏ひき肉	岩手県	不検出	不検出
		ごぼう	涌谷町	不検出	不検出
		大根	千葉県	不検出	不検出