

東洋医学外来便り

第15回寒がりで、胃腸の弱い人の冷え性

体を温めるエネルギーの低下したタイプの「冷え性」の人は、体が冷えるだけでなく、胃腸の働きにも影響が出ることがあります。

体を流れるエネルギーには様々な働きがあります。内臓を動かしたり、風邪を引かないように体を守ったり、体の中にある余計な水分を汗として体の外へ出したりなどで、

体を温めるのもその働きの一つです。そのエネルギーの低下は温める以外の働きも弱めてしまうため、体が冷えるだけでなく胃腸の働きにも影響が出ります。

では、なぜ体を温めるエネルギーが低下してしまうのでしょうか。

- ① 生まれつき体を温めるエネルギーが低下している虚弱体質。
- ② 食事の不節制。
- ③ 寒い場所で長時間過ごすなど生活環境による影響。
- ④ 病気を患い体が弱った。

これらが主な原因として考えられます。体を温めるエネルギーの低下には個人差があ

るため、影響の出かたも様々です。

このタイプの人は、体が冷える以外にも、寒がり・冷たいものを食べると下痢しやすい・便に未消化物が混じる・食欲がない・食後にお腹が張る・疲れやすい・顔色が白っぽい・むくみなどの症状が出るのが特徴です。

この状態を改善するにはどうしたらよいか。今回は食材やツボ、漢方薬の例を挙げお話ししていきたいと思えます。

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

▼第1・第3 木曜日 午後
担当 関 隆志 医師

▼第1・第3 月曜日 午後
担当 齋藤 敦子 医師

▼第1 月曜日
担当 渡邊 秀和 医師

▼毎週 月曜日
担当 神谷 哲治 鍼灸師

▼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

☎ 43-5111 (内線102)

子ども健康カレンダ

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。

健診・相談名	日程・受付時間	対象者	場所	相談内容
7か月児離乳食相談	1月29日(木) 9:30~9:45	H26年5月生 6月生	町民医療福祉センター 集団検診室	身体計測 初期離乳食指導 離乳食試食
1歳6か月児健康診査	1月20日(火) 13:00~13:15	H25年5月生 6月生		身体計測 健康相談 内科診察 歯科相談 (歯ブラシ持参)
3歳児健康診査	1月21日(水) 13:00~13:15	H23年5月生 6月生		身体計測 内科診察 聴覚検査 (歯ブラシ持参) 減塩味噌汁試食 健康相談 尿検査 歯科診察 (歯ブラシ持参)

☎ 43-5111 (内線534) 問合先 健康課 健康づくり班

涌谷町健康推進員協議会定例会並びに、OB・OGの皆さんとの合同研修会のお知らせ

日頃から涌谷町の健康づくりを支えている現役の健康推進員の定例会に合わせ、OB・OG（元健康推進員）のみなさんと交流を図る合同研修会を開催いたします。

みなさんの参加をお待ちしております。

- ▶日時 1月27日(火)
9時30分~11時30分
- ▶場所 町民医療福祉センター 研修ホール
- ▶内容 ① 研修
「ロコモティブシンドロームって？
みんなで体を動かしましょう！」

- ② 交流会
- ▶対象者 平成元年~平成25年度までに各地区の健康推進員さんをされた方
- ▶参加申込み 1月20日(火)までに下記へお申し込みください。
参加者は動きやすい服装でお越しください。

▶問合先 健康課 健康づくり班
☎ 43-5111 (内線525)

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175人が登録しております。平成27年もそれぞれの方の技術や体力に合わせて頑張ってもらいますので、よろしく願いいたします。

- 入会を希望される方について
随時入会説明を致しますので、事務所へお越しください。
- 仕事の依頼について
電話か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

新しいトレーニングマシンを導入しました!



- ①クロストレーナー(1台)
- ②ランニングマシン(2台)・エアロバイク(4台)
- ③ウエイトマシン(6台)

研修館トレーニングルームに、新たにトレーニングマシンを導入しました。夜9時まで営業しておりますので、ダイエットや運動不足解消に、仕事帰り等、立ち寄って、お気軽にご利用いただけます。

また、週3回、トレーニングルームに指導員(スポーツトレーナー)を配置しております。

効果的なトレーニング方法について質問のある方等、ぜひご相談ください。

通常の営業時間や指導員の配置時間等については、下記をご覧ください。

- ▶ **営業時間** 9時～21時まで
 - **指導員配置日時** 毎週月・火・金曜日(週3回) 17時～21時まで
 - ▶ **利用料金** 大人(高校生以上) 320円
中学生 160円
小学生以下は利用できません。
- ※お得な回数券(11回券大人:3,240円/中学生:1,620円)もあります。

▶ **問合せ先** 研修館・世代館 ☎43-5200

さくらんぼこども園なかよしルーム 暖かいお部屋で遊びましょう!

寒い寒い冬本番の時期です。こども園の暖かいお部屋で楽しく過ごしませんか。今月の14日は、管理栄養士に食事についてお話を聞いたり簡単手作りおやつを作ったりします。

ぜひご参加ください。



- ▶ **対象** 6ヶ月～3歳までのお子さん、平成27年度さくらんぼこども園に入園予定のお子さん。
 - ▶ **日時** 1月14日(水)、28日(水) 午前10時～11時
- ※14日は、準備の都合がありますので、前日13日までに必ずご連絡をお願いします。
※子育ての相談についてもお気軽にご相談ください。

▶ **問合せ先** さくらんぼこども園 担当 鈴木 ☎43-6681

創作合同作品展 ～和と輪をつむぐ～



涌谷町で活動をしているサークルや教室の皆さんが合同で行なう作品展です。様々なサークルの作品を一度に楽しめます。

- ▶ **開催場所** くがね創庫くがね館1階ホール
- ▶ **開催日時** 1月17日(土)から27日(火)まで
※毎週水曜日は休館
※9時30分から16時30分まで(最終日は15時まで)

▶ **問合せ先** くがね創庫 ☎43-6066

▶ **入場料** 無料

「涌谷の文化財めぐり」

十、彌右工門の手鞠歌

（聞き書き）

正月のこの季節、曾ては羽子突きや凧揚げ・手鞠など子ども達の遊びが見られました。

昭和三十一年の涌谷郷土芸能祭に涌谷能・お茶屋節などと共に「彌右工門の手鞠歌」が紹介されています。



資料に「涌谷地方に古来手鞠歌として、藤原清衡の母の運命を綴った歌が伝わっている云々」とあり「彌右工門々多けれど 横座の彌右工門中娘 年は十六 名はおるし あまり器量の良いままに 巨理権太にもろわれて 金欄緞子は七重ね：以下略」の歌が残されています。歌の中のおるしとは平安時代の陸奥の豪族安倍頼時の娘を指し、巨理地

方の豪族藤原経清（巨理権大夫）の妻のことです。

経清は前九年の役（一〇五一〜六二年）で厨川の戦いに敗れ、鎮守府將軍源頼義に斬首されます。

経清の妻は敵將清原武貞に再嫁しますが、その七歳の連れ子が後三年の役（一〇八三〜八七年）を経て、平泉藤原氏の初代となる藤原清衡です。入間田宣夫氏は、「鎌倉時代の『吾妻鏡』に安倍頼時の娘としてそれぞれ、有、中、一の文字に『一乃未陪』（一の前の敬称を付けた三人の女性が登場しているが、清衡の母が有だったのか、中なのか、一だったかいずれとも決しがたい」としています。

涌谷の手鞠歌ではおるしと転訛した呼び名になっていますが、各地の類似歌にもおるす・おるせなど似た名前や歌詞が多いようです。

柳田国男の伝承童謡の調査『分類児童語彙』によれば、「娘たちが面白い言葉

を聞いて声高く口ずさむ遊びの中で、嫁入りの歌な

どが土地風土により名前や順序が変化し、手鞠歌など別な歌に生まれ変わり、善し悪しは別にして少女が成人女性に移る機縁にもなった」と考証されています。

手鞠歌等の口頭伝承は記録が残りません。東北学院大学七海雅人教授も、宮城県北での平泉藤原氏の伝承の広がりとして、近世になり巨理氏（平姓千葉氏一族）涌谷伊達氏）が涌谷に内部するということ事情により江戸明治期にこの手鞠歌の原形が出来た可能性を示されており「彌右工門の手鞠歌」の成立時期はそう古くは遡らないと考えられます。

ともあれ黄金に彩られた平泉文化を花開かせた藤原清衡の母に関わる手鞠歌が涌谷地方に伝承流布していたことは大変に興味深いものがあると思います。

歌の伝承伝播についてはなお先学諸氏のご教示を賜りたいものです。
（涌谷町文化財保護委員 本郷 和郎）

大石田町雪国体験参加者募集



雪国体験実施内容(予定)

1月24日(土)

● 開会行事

● オリエンテーション

● 雪国のくらしを知る

● 雪かきボランティア

1月25日(日)

● 雪を楽しむ

● 大雪をいかした遊び

● そば打ち体験

● 閉会行事

※天候や積雪状況によっては、内容が変更になる場合があります。

昨年大好評だった2階まで雪で埋まる世界・冬の大石田町の雪国体験を今年も実施し、参加者を募集します。

▼日程 1月24日(土) ~ 1月25日(日)

▼対象 町内在住の男子 中学生20名程度

▼費用 5000円

▼費用 (宿泊代、食事代込み)

▼持ち物 防寒着、長靴、手袋、着替え等は各自で準備

▼申込 1月16日までに役場企画財政課まで参加費持参でお越しください。先着順となっておりますので、お早目のお申し込みをお願いします。



▼問合せ先 企画財政課 企画班 ☎43-2112



新年あけましておめでとうございます。
新しい年を迎え、やはり願うことは「一年の安全」ですね。
今年も、冬本番。交通事故が多発する時期です。
運転者も歩行者も、無理のないゆとりのある行動を心がけましょう。

歩行者のみなさん

- ハイヒールや革靴（靴底に溝がない）など、滑りやすい靴は厳禁です。底の溝が深い靴を履き、足もとに注意して歩きましょう。
- ポケットに手を入れて歩いていると、滑ったときに手が着けなくて大けがをさせていただきます。手袋を着用しましょう。
- 雪が降っているときでも顔を上げ、安全確認をしましょう。



運転者のみなさん

- 『冬道の123運動』を実践しましょう！

1割のスピードダウン

思いがけない凍結や地吹雪による視界不良に備えましょう！

2割の車間距離

前の車の予想できないスリップなどに、ゆとりを持って備えましょう！

3分早めの出発

交通事故などでの渋滞やノロノロ運転にあわてないように備えましょう！



消防団出初式

▶ 問合せ先

防災交通室 ☎43-2116

1月18日（日）午前10時から勤労福祉センターにおいて、消防団出初式を挙行いたします。

また、消防団・消防団世話係会・婦人防火交通安全クラブが部隊行進を行います。

月将館小学校を午前9時20分に出発し、勤労福祉センターまで行進を行いますので、沿道にて皆さまのご声援をお願いいたします。

※当日、午前7時にサイレンがなりますが、実際の火災等と間違えないようご注意ください。

平成27年3月1日採用 介護認定調査員（臨時職員）募集

（時給1000円）

▼ 募集職種

介護認定調査員

▼ 募集人員

1人

▼ 業務内容

介護認定を判定するため、申請者の自宅や施設を訪問し、本人とその家族と面接調査をして認定調査票を作成する。その他パソコンでの書類作成、電話、来客対応、事務補助等

▼ 資格・免許等

① 保健師、看護師、准看護師、介護福祉士、介護支援専門員のいずれかの資格をお持ちの方
② 普通自動車免許をお持ちの方

▼ 勤務日時

月曜日から金曜日の8時30分から17時15分まで。土・日曜・祝日及び年末年始（12月29日～1月3日）は休み

▼ 勤務地

浦谷町民医療福祉センター

▼ 賃金

日給 1日7750円

▼ 採用期間

平成27年3月1日～平成28年3月31日

※勤務が良好な場合は更新可（1年毎）、または嘱託職員（昇給、期末手当有り）への登用可。勤務開始時期については応相談。

▼ 社会保険

健康保険・厚生年金・雇用保険加入

▼ 応募方法

期限までに浦谷町指定の履歴書及び資格証明書の写しを提出願います。履歴書は役場または医療福祉センターにあります。または、浦谷町のホームページからダウンロード可

▼ 募集期限

1月30日（金）まで

▼ 選考方法

書類選考結果、面接日は後日、本人あてに通知

▼ 問合せ先

浦谷町民医療福祉センター 健康課 国保介護班
☎43-51111（内線516）
〒987-0121 浦谷町浦谷字中江南278番地



涌谷町の空間放射線測定結果

測定日：12月4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	0.07	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	0.05
月将館小学校	0.5	0.06	小里箕岳学童クラブ	0.5	0.07
箕岳小学校	0.5	0.06	さくらんぼこども園	0.5	0.07
小里小学校	0.5	0.08	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
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 0.23 μSv/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、12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)	(Cs-137)
学校給食センター	12月10日 (水)	きゅうり	石巻	不検出	不検出
		なめこ	涌谷町	不検出	不検出
		大根	涌谷町	不検出	不検出
さくらんぼこども園	12月12日 (金)	じゃがいも	涌谷町	不検出	不検出
		キャベツ	涌谷町	不検出	不検出
		大根	涌谷町	不検出	不検出
涌谷保育園	12月9日 (火)	フロッコリー	埼玉県	不検出	不検出
		ねぎ	涌谷町	不検出	不検出
		ぶり	千葉県	不検出	不検出

平成27年4月1日採用

涌谷町民医療福祉センター職員募集

●ヘルパー2級以上で夜勤のできる方

▼採用予定時期
4月1日予定

▼申込方法・試験

●必要書類

①履歴書（町民医療福祉センターのホームページよりダウンロード）
②資格証明書の写し（見込みの場合は成績証明、卒業見込み証明）

●試験方法 作文、面接

●試験日 2月18日予定

【臨時職員・パート職員】

看護師・准看護師・看護助手（無資格者も可）・介護員（無資格者も可）については、随時募集中。

【申込受付期日】

いずれも1月28日（水）まで。平日の午前9時～午後5時まで受付。郵送の場合は、1月28日（水）午後5時必着。

▼問合せ先

涌谷町民医療福祉センター 総務管理課 総務班

☎43-51111（内線106）

〒987-0121 涌谷町涌谷字江南278番地

E-mail gr-kan@town.wakuyamijai.jp

各所属の 直通電話番号

- 議会事務局（総務班）
☎ 43-2127
- 総務課（総務行革班）
☎ 43-2111
- 防災交通室（防災交通班）
☎ 43-2116
- 企画財政課（企画班・財政班）
☎ 43-2112
- 町民生活課（総合窓口班・町民生活班）
☎ 43-2113
- 税務課（税務班・納税班）
☎ 43-2114
- 会計課（会計班）
☎ 43-2118
- まちづくり推進課（まちづくり支援班・商工観光班）
☎ 43-2119
- 農林振興課（農林振興班）
☎ 25-8511
- 農林振興課（農産園芸班）
☎ 43-6910
- 農業委員会事務局（総務班）
☎ 43-2120
- 建設課（建設班・都市計画班）
☎ 43-2129
- 上下水道課（上水道班・下水道班）
☎ 43-2131
- 教育総務課（教育子育て支援班）
☎ 43-2140
- 学校給食センター
☎ 42-2559
- 生涯学習課・涌谷公民館（生涯学習班）
☎ 43-3001
- 箕岳公民館
☎ 45-2124
- 町民医療福祉センター
☐ 健康課（国保介護班・健康づくり班）
☐ 福祉課（福祉班・包括支援班・介護支援班）
☐ 総務管理課（総務班・管理班）
各課共通 ☎ 43-5111
- 高齢者福祉複合施設ゆうらいふ・社会福祉協議会
☎ 43-6661
- わくや天平の湯
☎ 43-6330
- 天平ろまん館
☎ 43-2100
- くがね創庫
☎ 43-6066
- 町立史料館
☎ 42-3327
- シルバー人材センター
☎ 44-1710

防災行政無線テレフォンサービス

聞き逃した直前の防災行政無線の内容を確認できます。
☎0800-800-9949
(無料通話)

善意をありがとうございます

3万円 匿名

平成27年度 認定職業訓練 普通課程 生徒募集!

- ▼ 木造建築科
3年制（建築大工） 10名
 - ▼ 塑性加工科
3年制（建築板金） 10名
 - ▼ 対象者 各関連事業所に勤務している方、又は27年4月から就職予定の方で雇用保険に加入及び加入予定の方、又は建設業の一人親方で労災保険の特別加入者である方。
 - ▼ 授業日 年間50日
 - ▼ 授業料 月額6900円
(入校金16500円)
- ※詳しくは、お問合せください。

▼ 問合せ・申込先
大崎地域高等職業訓練校
☎ 22-1509

「第五次涌谷町総合計画」を策定するにあたり 懇話会委員の募集

涌谷町では、現在「第四次総合計画」（計画期間・平成18年～27年度）に基づき、町政の目指すべき基本的方向であります「元氣わくや 黄金郷——人間力かがやくまち涌谷町——」に取り組んでおりますが、この度、現計画後（平成28年～37年）の町政運営の指針や考え方を町民の皆様に分かりやすく示すため、新たな総合計画を策定することとしております。

策定にあたりましては町民の方々からご意見をいただくため、「第五次涌谷町総合計画」懇話会を開催することとしており、その懇話会の委員を公募いたします。

▼ 募集期間
1月6日(火)～1月23日(金)

17時必着

▼ 募集人員 25名程度

▼ 応募資格 町内に住所を有する満20歳以上(平成27年4月1日現在)の方

▼ 任期 委嘱の日から平成28年3月(予定)まで

▼ 活動内容 「第五次涌谷町総合計画懇話会」に出席していただき、計画(案)等に対する意見やご提言を述べていただきます。

▼ 応募方法 「第五次涌谷町総合計画懇話会」委員応募申込書に必要事項を記入の上、下記のとおり涌谷町役場企画財政課に提出もしくは郵送により申し込み願います。

▼ 日程 1月24日(土)

▼ 時間 19時30分～20時45分
荒天時 19時30分～20時10分

▼ 問合せ・申込先
大崎市生涯学習センター
☎ 91-8611

の問い合わせ先に請求してください。

▼ 選考方法 提出された書類に基づき、応募の動機や年齢、性別、地域別等のバランスを総合的に考慮して選考させていただきます。

▼ 応募先及び問い合わせ先
〒987-0192
涌谷町字新町裏153-2
涌谷町役場企画財政課
☎ 43-2112
FAX 42-3313

パレットおおさきイベント情報

星をみる会

「三日月と冬の一等星」

▼ 日程 1月24日(土)

▼ 時間 19時30分～20時45分
荒天時 19時30分～20時10分

大人の天文塾 「三日月と冬の一等星」

参加者相互の交流を楽しみながら、星空や宇宙についてまなびませんか。初めて天文学を学ぶ方やお子さまも気軽にご参加ください。

▼ 日程 1月24日(土)
▼ 時間 16時～17時30分
▼ 対象 一般
▼ 場所 視聴覚室
▼ 申込 電話又は直接来館しお申込みください。

▼ 問合せ・申込先
大崎市生涯学習センター
☎ 91-8611

今月のお知らせ

町長の主な公務

(11月16日～12月15日)

日程	公務内容	場所
11月16日	命を守る防災体験	麓岳公民館
	吉住区萬福会	吉住区
	成沢自治会健康確認祭	成沢区
11月19日	東地区老人クラブ演芸大会	天平の湯
11月19日～20日	全国町村長大会・要望実行運動	東京都
11月21日	仙台白菜で作るKimchi Festival	仙台市
11月22日	第9回社会福祉チャリティ・芸能まつり	天平の湯
11月23日	在京湧谷会	東京都
11月26日	議会定例会11月会議	議場
11月27日～28日	県北町長会行政視察	埼玉県
11月30日	わくや天平の湯健康ハイキング	天平の湯～麓峯寺～追戸横穴歴史公園
	宮城県町村会町村長会議	仙台市
12月1日	わくや天平の湯イルミネーション点灯式	天平の湯
12月2日	宮城県町村会移動研修	加美町
	中学生海外研修解団式	役場
12月5日～6日	第3回生物の多様性を育む農業国際会議2014	大崎市
12月7日	小里地区自治会総会	小里区
12月8日	東地区老人クラブ親睦会	天平の湯
	防災水防会議	役場
12月9日	平成26年度湧谷町内小・中学校特別支援学級児童・生徒クリスマス交歓会	医療福祉センター
12月14日	「全国花のあるまちづくりコンクール若葉賞」と「みやぎ花のあるまちコンクール優秀賞」受賞報告会	黄金区
	天平ろまん杯剣道大会	湧谷中学校
12月15日	年末・年始特別警戒に伴う出動式	湧谷幹部交番

セルフレディ・ミネソタ病院通いながら、大学でスポーツ理論を学び、怪我をした人のリハビリをサポートし復帰させるといった活動を行い、卒業後、仙台市内の私立高校やサッカースクールにおいて指導方法・理論を学び、実践。その後、小学校講師や湧谷中学校サッカー部の外部コーチを務め、県大会進出等に貢献してきた坂本さんは、自らが学び実践してきたトレーナーとして



今を時めき輝く
湧谷町民をご紹介します
おう こん びと
黄・金・人



十一人目

スポーツトレーナー
坂本 達也 さん

坂本さんが湧谷町で起業した一つの理由に、湧谷に人を集めたいという思いがあったからだそうです。自身の店名も地元への思いに由来します。提供するコンディショニング調整を求めて人が集うようになることはもちろんのこと、それに伴い関連需要が高まり、スポーツ関連の雇用創出に結び付けたいと考えているそうです。坂本さんの夢は、経験し学んできたことを地域に浸透させ、「湧谷から世界と戦える人材を育成する」ことだそうです。若くして経験と実績を積み上げてきたノウハウによる湧谷町の今後のスポーツ振興に期待いたします。

スポーツを通じた地域振興を

のノウハウを提供すべく、起業。起業後2年目の現在、近隣市町から高みを目指すスポーツ競技者が来店し、提供するコンディショニング調整によって東北大会等への進出を支えながら、一般の方のケガや痛み、腰痛、肩こり等の病院通いを減らすためのケア方法を指導しているそうです。女性にうれしい美容相談も行っているそうです。

町民の皆さんのための各種相談窓口を開設しています

相談名	日時	場所	相談内容	問合せ先	
各相談のお知らせ	人権相談	1月13日(火) 10:00～15:00	役場西庁舎 第一会議室	虐待や差別、いじめ等の人権問題	町民生活課 町民生活班 ☎43-2113
	行政相談	1月13日(火) 10:00～12:00	役場西庁舎 第一会議室	国、県、町の行政全般についての苦情や意見要望	
	消費生活相談	毎週月・木曜日 9:00～17:00	町民生活課 町民生活班	クーリング・オフなどの消費生活に関する悩みや疑問	
	もの忘れ相談	月曜日～金曜日 9:00～17:00	町民医療福祉センター	本人、家族のもの忘れや認知症に関すること	福祉課包括支援班 ☎43-5111 (内線514)
	栄養相談	1月19日(月) 9:00～17:00	町民医療福祉センター	食事と栄養に関することならなんでもお気軽にご相談ください。	健康課健康づくり班 ☎43-5111 (内線510)



戸籍の窓

11月1日~30日届出分

誕生おめでとう

(男の子 4人 / 女の子 6人)

あかちゃん	保護者	行政区
及川 晴太	裕之	2の1区
松田 佳奈	裕太	城山区
狩野 翠人	龍雄	2の3区
伊藤 笑侑子	幸博	上小塚区
山内 いろは	唯	黄金区
川口 梨杏	雅寛	6区
安田 美航	伸也	9の3区
遠藤 美玖	佳浩	八雲区
武山 桜羅	卓也	八雲区
山平 爽介	剛	八雲区

*掲載を希望しない方は、届出の際に町民生活課
総合窓口班にお申し出ください。

お悔やみ申し上げます

(男性 8人 / 女性 10人)

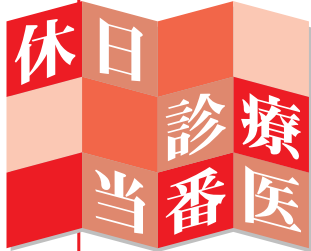
氏名	年齢	世帯主 ()は届出人	行政区
木村 仁	96	義光	小里区
山本 きゑ子	82	誠喜	上小塚区
佐々木 健二	89	(佐々木功)	日向区
中川 満	86	真仁	太田区
佐藤 はるの	79	孝喜	太田区
橋本 豊治	97	(後藤千春)	下町区
遠藤 安治	80	崇	脇区
後藤 富治	84	敏一	短台区
土井原 美智子	91	(土井原隆志)	9の3区
遠藤 和子	71	武彦	5の2区
草岡 よしみ	91	悦雄	猪岡区
練生川 ノブエ	91	徳一	長根区
松村 正成	73	和子	小里区
高橋 豊	69	恵子	5の2区
高橋 あき子	89	正一	9の3区
門脇 キヨ子	88	大輔	城山区
加藤 慶子	81	一男	上郡1区
高橋 ヨシノ	92	敏熙	長根区

町の人口

11月30日現在

()内は前月との増減
外国人の方も含まれます。

人口と世帯		11月のうごき	
人口計	17,184人 (-18人)	出生	10人
男性	8,337人 (-4人)	死亡	19人
女性	8,847人 (-14人)	転入	28人
世帯数	5,985世帯 (-7世帯)	転出	37人
		1月~11月の出生および死亡	
		出生	87人
		死亡	224人



- 1月 1日(木) 涌谷町国保病院 (涌谷町) ☎43-5111
- 1月 2日(金) 東泉堂病院 (涌谷町) ☎42-3333
- 1月 3日(土) 小牛田内科クリニック (美里町) ☎32-5959
- 1月 4日(日) 熱海医院 (美里町) ☎33-2020
- 1月11日(日) 横山医院 (美里町) ☎34-2230
- 1月12日(月) 宮野内科医院 (涌谷町) ☎43-5031
- 1月18日(日) 高城利江整形外科 (美里町) ☎31-1230
- 1月25日(日) 美里町立南郷病院 (美里町) ☎58-1234

※受診の際には保険証を持参してください。
※診療時間は9時~17時30分です。
※当番医については変更になる場合があります。