

健康

健幸運動教室

町は、運動習慣を基盤とした健康づくりの推進のため「健幸運動教室」を開催します。持ち物は、運動靴(室内用)、タオル2枚(床に敷くためのバスタオル、汗拭き用タオル)などです。だれでも参加できますので、参加を希望する人は下記問合せ先までご連絡ください。

〈楽しく笑える運動教室〉

■日時 2月18日(月)、2月27日(水)
13:30～15:30

■会場 おしゃっち

☒ 保健福祉課 子育て・健康推進班
Tel 0193-42-8715

楽しく体操・何でも相談会
(公営住宅・地区集会所)

大槌町地域包括支援センターでは下記の日程で体操教室、相談会を開催します。お誘いあわせのうえぜひご参加ください。下記会場のほか、各仮設でも開催しております。開催日程は各仮設の掲示板をご覧ください。

■内容 楽しく体操：セラバンドを使用した体操などを行います。

何でも相談：高齢者に関する相談に応じます。

■開催日

- 2月19日(火)
大ヶロ一丁目町営住宅 集会所
- 2月20日(水)
県営屋敷前アパート 集会所
- 2月25日(月)
末広町町営住宅 集会所
- 2月26日(火) 吉里吉里公民館
- 2月27日(水)

白沢寺野ふれあい集会所
■時間 13:30～15:00
■協力 いきいき岩手支援財団
☒ 大槌町地域包括支援センター
Tel 0193-42-8716

毎月28日は
「いわて減塩・適塩の日」

岩手県の脳卒中死亡率は、男性全国ワースト3、女性ワースト1と高い状況であり、大槌町は県内でも脳卒中死亡率が高い地域です。脳卒中を予防するには、日頃から血圧の管理をし、高血圧を予防することが必要です。岩手県では毎月28日を「いわて減塩・適塩の日」に設定し、食生活の改善を推進しています。過剰な塩分摂取を控え、減塩・適塩を心がけて、高血圧を予防しましょう。

〈1日の食塩摂取量〉

男性8グラム未満、女性7グラム未満、
血圧が高い方6グラム未満

〈減塩の例〉

- 麺類のスープは半分以上残す
- 漬物は小皿に少量で1日1回まで

☒ 保健福祉課 子育て・健康推進班
Tel 0193-42-8715

はたちの献血キャンペーン
「LOVE in Action」

1月1日から2月28日は「はたちの献血」キャンペーンの実施期間となっております。

県内で使用する血液製剤や輸血用血液は、県内の献血によって賅うこととされていますが、寒い時期は献血者が減少し、血液が不足しがちになります。献血は、尊い命を守るためにできる身近なボランティアです。皆様のご協力をお願いします。

■献血可能な場所 献血ルーム「メルシー」(盛岡市大通 CT33ビル4階)及び県内を巡回している献血バス
☒ 献血バスによる献血会場等は岩手県赤十字血液センター(Tel.019-637-7200)へご確認ください。

介護予防イベント

■開催日 2月9日(土)

■内容

○第1部(10:00～)

体力測定会(マストホール)

なかなか自分の体力がどれくらい知る機会が少ないと思います。この機会にぜひ自分の体力について知り、いつまでも元気な体でいられるように運動のポイントについて一緒に学んでみませんか。

○第2部(13:15～)

第7回鶴亀仙(川)柳コンクールの表彰式(マストセンターコート)

応募総数889作品の中から選ばれた優秀作品の表彰を行います。

※詳しい内容は折りこみチラシをご覧ください。皆様のお越しをお待ちしております。

☒ 大槌町地域包括支援センター
Tel 0193-42-8716

子どもの予防接種週間

3月1日(金)～3月7日(木)は、「子ども予防接種週間」です。この機会に予防接種の受け忘れがないか確認し、接種対象のお子さんで必要な予防接種をまだ受けていない場合、平成31年3月末日までに実施医療機関に予約の上、接種するようお願いいたします。

■実施医療機関

実施医療機関名	住所・電話番号
植田 医 院	大槌町小鏡 23-23-1 Tel 0193-42-2130
大槌 おおの ク リ ニ ッ ク ※1歳以上からの受付	大槌町吉里吉里2-9-20 Tel 0193-44-3122
藤井小児科内科 ク リ ニ ッ ク	大槌町小鏡 27-3-4 シーサイドタウンマスト2階 Tel 0193-42-7788
道又内科小児科 医 院	大槌町大槌 15-95-255 Tel 0193-42-2500
ふじまる内科医院 ※3歳以上からの受付	大槌町上町 1-16 Tel 0193-27-5151

☒ 保健福祉課 子育て・健康推進班
Tel 0193-42-8715

12月26日 車イスや高齢者の動きを体験
～キャップハンディ体験学習～

12月26日(水)、大槌町社会福祉協議会によるキャップハンディ体験学習が行われました。この講座は、車イスの使い方の学習や、体の動きを制限する器具をつけての高齢者疑似体験などを通して、介護などに対する正しい知識を身につけるものです。参加した子どもたちは、「自分が体験して怖いと感じた」「お年寄りを見たら助けてあげたいと思った」などの感想を発表していました。この講座は、希望する事業所などで申し込むことができます。詳しくは大槌町社会福祉協議会へ問い合わせください。 ☒ 大槌町社会福祉協議会 Tel 0193-41-1511



1月12日 大槌町初のインターチェンジ
～三陸沿岸道路大槌・山田南区間が開通～

1月12日(土)、三陸沿岸道路 釜石山田道路 大槌・山田南区間8kmが開通し、開通式が執り行われました。会場には開通を祝い大槌町から「中須賀大神楽」「大槌保育園チルドレンドラムス」が駆けつけ、舞いや和太鼓を披露しました。平野町長は「復興後のまちづくりは、道路の活用無くして進められない。大槌町の特性を發揮しつつ、他市町村との連絡を密にした取り組みを展開することが、まちづくり、地域づくりの活性化に必要不可欠と確信している」と、全線開通への期待を述べました。



1月18日 「行政ってなんだろう？」～行政相談出前教室～

1月18日(金)、大槌学園6年生70名を対象に、行政相談出前教室が開催されました。この教室は、児童に行政への関心を持ってもらう事、行政相談への理解を深めてもらう事を目的に、大槌町行政相談員の越田由美子さんほか、釜石市行政相談員、行政相談センター職員らにより、グループワークを交えて行われました。児童たちは「行政相談って何?」「どうやって解決されるの?」といったテーマに沿って、実際に困りごとを相談しながら学びました。グループワークでは、身のまわりで直るといいなと思っていることについて話し合い、歩道や街灯、公園についてなど、自分たちの地域に対する活発な意見が出されていました。



あなたの街のあなたのお店
境田自転車商会
フレッシュスタート!
只今、ご入学・ご就職
おめでとうセール開催中です!!
お気軽にご来店ください!
大槌町末広町14-8 ☎42-2396