

11月8日は「いい歯の日」

☺の健康を見直そう

歯と口の健康は、全身の健康にもつながる大切なものです。80歳になっても自分の歯を20本以上保つ「8020」の目標を達成するために、口の健康を見直してみましよう。

◆口の健康を保つポイント

- ・夜の歯磨きは、時間をかけて丁寧にを行う。
- ・デンタルフロスや歯間ブラシなどを使用する。
- ・年に1、2回は歯科健診を受ける。

◆歯周病検診を実施中

市では、年度末年齢が40、50、60、70歳の人を対象に、無料の歯周病検診を実施しています。実施期間は12月28日(月)までです。

対象者には、問診票を7月に送付していますので、まだ受けていない人は、早めに受診しましょう。

問 健康管理課 ☎73-1200

◆骨粗しょう症予防検診の日程

期日	場所	受付時間
11月26日(木)	野栄総合支所	9時~11時
29日(日)	保健センター	9時~11時
30日(月)	保健センター	9時~11時、 13時~15時

骨粗しょう症は、骨の量(骨量)が減って骨が弱くなる病気で、痛みはありませんが転ぶなどのちょっとしたたはすみで骨折しやすくなります。骨粗しょう症予防検診を次の通り実施します。対象者へ10月中に問診票を送付しましたので、自分の骨量や骨密度の状態を知るために受診してください。

対象者：市内在住で令和3年3月末の年齢が、40、45、50、55、60、65、70歳の女性

日時と場所：上表の通り

費用：500円

※70歳の人および生活保護世帯は無料。

問 健康管理課 ☎73-1200

骨粗しょう症予防検診

対象者は受診を

子宮がん個別検診

期間は来年2月末まで



子宮がん個別検診を実施しています。受診を希望する人は、左記まで申し込んでください。なお令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、集団検診は行いません。

対象者：市内在住で令和3年3月末の年齢が20歳以上の女性

検診期間：令和3年2月27日(土)まで

◆検診医療機関

- ① 鈴木医院(椿)
- ② 増田産婦人科(八日市場イ)
- ③ 東陽病院(横芝光町)

※②③は事前予約が必要。

◆自己負担金

頸部検診：1000円
頸部・体部検診：1500円

※70歳以上の人および生活保護世帯は無料。

問 健康管理課 ☎73-1200

給食センターからこんにちは

ヘルシーな学校給食をご家庭で再現してみませんか



menu No.89 フリフリチキン

オリンピック応援レシピから、ハワイ料理を紹介。フリフリチキンとはテリヤキチキン的一种で、給食では焼いた鶏肉にパイナップルを使ったソースをかけて提供しました。

問 学校給食センター ☎70-2210

材料(4人分)

- | | |
|---------------|--------|
| 鶏もも肉 | 4切 |
| しょうゆ | 小さじ2/3 |
| 白ワイン | 小さじ1 |
| ニンニク | 4g |
| ショウガ | 4g |
| 食塩 | 少々 |
| コリアンダー、チリパウダー | 各少々 |
| 水 | 大さじ1/2 |
| ケチャップ | 小さじ2 |
| ウスターソース | 小さじ1/4 |
| 白ワイン | 小さじ1 |
| 砂糖 | 小さじ1 |
| パイナップル(パイン缶) | 20g |

●作り方

【下ごしらえ】ニンニク、ショウガをすり下ろし、パイン缶のパイナップルをみじん切りにする。

- ①鶏肉をAに漬ける。
- ②鍋にBを入れて加熱し、ソースを作る。
- ③フライパンやグリルなどで、鶏肉に

ポイント!

パイナップルは、パインジュースでも代用できます。



- 火が通るまで焼く。
- ④焼いた鶏肉にソースをかける。

●栄養価(1人分)

エネルギー98kcal たんぱく質6.6g
脂質5.7g カルシウム3.6mg 食塩相当量0.4g

“高校生らしさ”で地域貢献 匠高・美術部生徒がデザイン

匠瑛高校美術部の生徒がデザインした絵が、野手の養鶏業者の倉庫の壁面に描かれました。

これは昨年夏ごろに「手作りの温かさを持つ“高校生らしい絵”を、新しく建てる倉庫に描いてほしい」と養鶏業者から同校へ依頼がありデザインしたものです。今年5月に倉庫が完成し、道路に面した壁面へ大きく描かれています。

デザインを作成した2年生の大川真生さんは、事前に養鶏業者の工場や牧場、畑など見学し、その内容を卵のデザインに反映。「循環型農業」というテーマが一番に伝わるよう工夫しました。地域貢献ができ、大きな仕事をした達成感が得られました」と笑顔で話していました。



壁画をデザインした大川さん(写真左)と野手地先に描かれた壁画



太田市長(右)からパスポートを手渡される大河平さん

市内初のパスポート交付者が来庁 市役所で交付・受け付けを開始

市役所で9月28日からパスポートの申請・受け取りが始まり、匠瑛市初のパスポート交付者である大河平隆子さん(野手)に10月8日、太田市長からパスポートが手渡されました。

受け取った大河平さんは、「職員の方が親切・丁寧に受け付けてくれたおかげで、スムーズに手続きができました」と話していました。

なお旅券受け付け業務は、従来、海匠地域振興事務所(旭市)で行われていましたが、9月25日に受け付けを終了したことから、これに合わせて市民課(市役所1階)で同事務を開始したものです。



合同就職説明会を初開催

市雇用促進協議会による合同就職説明会が、市民ふれあいセンターで9月9日に開催されました。これは同協議会が昨年発足後、初めて実施されたものです。

説明会には地元企業などの10事業所が参加。全体説明会の後、各ブースでの個別説明が実施され、参加者は、各事業所の話を熱心に聞いていました(=写真)。

同協議会の片岡正勝会長は、「新型コロナの影響がある中、匠瑛市初の就職説明会を開催できてよかった。今後も継続していきたい」と話していました。



学校給食に新品種「粒すけ」

学校給食用として、千葉県米の新品種「粒すけ」の新米250kgがちばみどり農協から市へ寄贈されました。

市役所で10月1日に贈呈式が行われ、ちばみどり農協・向後正常務理事から太田市長へ目録が手渡されました(=写真)。太田市長は「新しいお米に出会った子どもたちが、目をキラキラさせて、美味しそうに食べている姿が目浮かびます」と謝辞を述べました。

寄贈された新米は同日、市内幼稚園、小・中学校の給食として提供されました。