



保健師だより



あなたの健康支えます!!

◆◆◆ 高齢者インフルエンザ予防接種はお済みですか? ◆◆◆

秋が深まり、寒さが厳しくなりはじめる時季になってまいりました。インフルエンザ流行に備え、予防接種はお済みですか? 町では、下記のとおり高齢者インフルエンザ予防接種の助成を実施しております。助成対象の方で、接種がお済みでない方は期限内にお受けください。

風邪やインフルエンザを予防し、冬を健康に乗り切りましょう!

- 対象者 町内在住で接種日に満65歳以上の方
- 助成期間 平成28年12月30日(金)まで
- 自己負担 1,000円
- 注意事項 助成は、期間中に1人1度です。



●問い合わせ先 健康環境課 ☎62-2115

食品放射能測定結果について

10月に実施された食品放射能検査の結果は、表のとおりです。

国の暫定基準値 100 ベクレル /kgを超える数値が検出された食品はありませんでした。なお、井戸水の検査実施はありませんでした。検査に出される際には、食材 500 グラムが必要となります。

●問い合わせ先

簡易放射能測定センター (勤労青少年ホーム内)
☎62-2444

食品名	件数	検出件数	食品名	件数	検出件数
小豆	1	0	大根	1	0
柿	1	0	玉ねぎ	2	0
かぶ	1	0	ねぎ	1	0
ぎんなん	2	0	白菜	2	0
小松菜	1	0	葉大根	1	0
さつまいも	6	0	ブロッコリー	2	0
里芋	3	0	ほうれん草	2	0
サニーレタス	2	0	ポエム	1	0
しその実	1	0	りんご	1	0
じゃがいも	2	0	合計	33	0

告 告

甘熟いちご

石井いちご園

贈答用委託発送承ります!

石井文訓

福島県岩瀬郡鏡石町高久田123
TEL0248-62-3917 FAX0248-62-6030
URL http://www.ishii-farm.com

～冬の健康を守るために～

冬の期間に予防したいのは、インフルエンザだけではなく。冬の健康づくりのためのポイントをお知らせいたします!

- ①こまめに手洗い・うがいをしましょう!
外出後は必ず! 人ごみに出た後は念入りに手洗い・うがいをしましょう。
- ②こまめに水分補給をしましょう!
暖房器具を使用すると乾燥し、脱水になる危険性があります。トイレに行くのが寒いからと水分補給を控えると体の中が乾燥してしまうので注意が必要です。
- ③マスクを使用しましょう!
ウイルスは咳やくしゃみでうつるのが大半です。ウイルスや乾燥から自分を守るためには、マスクの使用が効果的です。
- ④適度な湿度を保ちましょう!
ウイルスは乾燥した空気を好みます。空気が乾燥するとのとどや鼻も乾燥し、ウイルスが体内に入り込みやすくなります。50～60%の湿度がインフルエンザ予防に効果的だと言われています。
- ⑤たっぷりの休養としっかりとした栄養を心がけましょう!
心の休養と睡眠、そしてバランスの取れた食事は健康の基礎となります。

※母と子の保健事業は、スペースの都合上カレンダーのみの掲載とさせていただきます。

力農祭 & 収穫祭

岩瀬農業高校

◆平成28年度 力農祭 10月29日(土)～31日(月)
3年に1度の文化祭である「力農祭」が開催されました。一般公開では、クラス・各科による展示、生産物の販売、模擬店等が行われ、来校者数は2千人を超える大盛況に終わりました!



クラス展示の様子

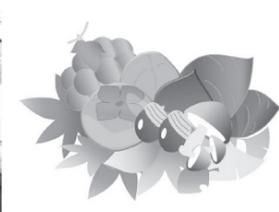


食品科学科による販売

◆平成28年度 収穫祭 10月31日(月)
収穫祭は本年度の農場実習を振り返り、勤労の尊さと収穫の喜びを味わい、生きる力を育むことを目的に行われ、全校生が参加し各班ごとに鉄板で調理を行いました。



収穫祭の様子



鏡石駅伝・ロードレース大会

第一小学校

11月6日(日)に、「鏡石駅伝・ロードレース大会」が鳥見山陸上競技場で実施され、本校では、全校生が参加しました。大会までみにみにタイムの時間に、校庭を走る活動を位置づけ、持久力の向上を図ってきました。走り終えた児童は、各々の設定した目標を達成できたようでした。保護者および地域の皆様、ご声援ありがとうございました。



校訓「最善を尽くして」

鏡石中学校

- ◆須賀川・岩瀬地方交通安全大会 11/25(金)
「優良交通安全活動団体」として表彰を受けました。
- ◆第66回全国小中学校作文コンクール福島県審査 11/3(木)
優秀賞 菅野沙彩(3年)
- ◆平成28年度「税についての作文」 11/11(金)
(主催:全国納税貯蓄組合・国税庁)
須賀川税務署長賞 佐藤朱夏(3年)
- ◆第6回鏡石町社会福祉大会福祉作文・標語作品 11/13(日)
最優秀賞 吉田真里花(3年)
- ◆平成28年度岩瀬地区小中学校音楽祭第三部音楽祭 11/15(火)
特選 大津実夢(2年)
- ◆平成28年度明るい社会づくり運動地区協議会 12/5(月)
協議会長賞 佐藤遥海(3年)
- ◆平成28年度福島県中学校生徒造形作品秀作 11/17(木)
特選 絵や彫刻の部:真壁萌、佐藤遥海、會田歩夢、柳沼優吏、小貫真咲
特選 デザインや工芸:國分ゆりか、藤島芳樹、瀬谷建樹
- ◆第52回岩瀬支部中学校新人ロードレース大会 10/16(日)
学校対抗男子1/2年総合 第3位
男子 2年 第2位
- ◆鏡石駅伝ロードレース大会 11/6(日)
中学男子 第5位 山崎隆成(3年)

1人ひとりが主役です～まきばっ子発表会～

第二小学校

11月12日(土)に本校の学習発表会である「まきばっ子発表会」が行われました。たくさんのご来賓の皆様や保護者・地域の方をお招きして、子どもたちの「総合的な学習の時間」や「生活科」で学習した成果を披露しました。劇、成田太鼓、合奏、地球環境や鏡石町の歴史・施設・行事の調査など、それぞれの学年の特徴を生かした発表を行いました。子どもたちの熱演に、歓声と拍手が会場全体に響き渡りました。このような経験が、子どもたちの心身の成長と共に鏡石町を誇りに思う気持ちにつながると考えています。

