

広報カレンダー

町のホームページアドレス <http://www.town.kuzumaki.iwate.jp>
 役場の各種手続きの方法やサービス、町のイベント情報、
 広報くすまきなどをインターネットでご覧いただけます。

8月 はづき 葉月 August				9月 ながつき 長月 September					
日	曜	主な行事	時間	場所	日	曜	主な行事	時間	場所
1	月	サイレン点検日 夏の交通事故防止県民運動(～10日) 固定資産税(第2期)・国民健康保険税(第1期)口座振替日	正午	町内	20	土			
2	火	子育てサロン	10:00～12:00	保健センター	21	日	第38回町民サッカー大会	9:00～	総合運動公園
3	水	第24回世代間交流ゲートボール夏季大会 ふれあい体験学習 妊婦歯科講話 乳児健診・離乳食相談	9:00～ 10:00～ 10:00～ 13:00～	総合運動公園 保健センター 保健センター 保健センター	22	月	やまどり号巡回		江刈・北部方面
4	木	なかよし広場	9:00～11:30	江刈保育園	23	火	町小中学校陸上記録会 子育てサロン	9:00～ 10:00～12:00	総合運動公園 保健センター
5	金				24	水	1歳6カ月児健康診査	13:00～	保健センター
6	土	第28回葛巻カップミニバスケットボール交流大会(～7日)	8:30～	社会体育館・葛巻高校体育館	25	木	やまどり号巡回 年金相談日 なかよし広場	9:00～14:30 9:00～11:30	五日市・馬淵・江刈川方面 役場 保健センター
7	日	第38回町民野球大会	9:00～	総合運動公園	26	金	やまどり号巡回		小屋瀬・吉ヶ沢方面
8	月				27	土	おはなし会&映画会⑤	10:00～	総合センター
9	火	子育てサロン	10:00～12:00	保健センター	28	日	葛巻町総合防災訓練	8:30～	小田民俗資料館
10	水	心配ごと相談 予防接種(麻疹風疹3期、二種混合)	9:00～12:00 13:00～	保健センター 〃	29	月	やまどり号巡回		田代～茶屋場
11	木	なかよし広場	9:00～11:30	保健センター	30	火	心配ごと相談 子育てサロン	9:00～12:00 10:00～12:00	保健センター 〃
12	金				31	水	防災週間(～9月5日)		
13	土				9月 ながつき 長月 September				
14	日	消防義魂祭		宝積寺	1	木	サイレン点検日 防災の日 なかよし広場	正午 9:00～11:30	町内 総合運動公園
15	月	葛巻町成人式	13:30～	葛巻小学校体育館	2	金	こころの健康相談	13:30～15:30	保健センター
16	火	くすまき夏まつり	16:00～	葛巻小グラウンド	3	土			
17	水				4	日	第2回隣接市町村ゲートボール交流大会 水防工法訓練	9:00～	総合運動公園
18	木	始業式(小屋瀬小、江刈小、五日市小、小屋瀬中、江刈中、葛巻高) なかよし広場	9:00～11:30	江刈保育園	5	月			
19	金	始業式(葛巻小、吉ヶ沢小、葛巻中) 心配ごと相談 岩手県司法書士会無料定期相談会	9:00～12:00 16:00～19:00	保健センター 総合センター	6	火	子育てサロン	10:00～12:00	保健センター
					7	水	幼児歯科検診	10:00～15:00	保健センター

広告

町民の皆さまに日頃よりご愛顧の感謝を込めて発売中



葛巻町内限定 『くすまきワイン・ロゼ』

山ぶどうの特徴を残しながらもフルーティーで飽きのこない飲み口のロゼワイン。

容量/1,500ml
飲み口/ロゼ・やや甘口

1,260円(税込)



葛巻町内限定企画 『山ぶどう原液』

山ぶどう果汁100%の無添加、無加糖の飲み物。

容量/720ml
山ぶどう果汁100%
通常2,625円(税込)

↓
2,100円(税込)

期間:2011年8月31日まで
葛巻町内の酒販店・取扱店にてお求めください。



熱中症にご注意を！

熱中症は重症化すると生命にかかわる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。

予防の正しい知識をもち、自分で気をつけるのはもちろん、周囲の人同士で気をつけ合うことが何より大切です。

熱中症って？

高温多湿の環境下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整機能が働かなくなるにより起こる障害です。

症状は、めまい、筋肉痛、頭痛、吐き気、倦怠感などがあり、重症になると意識障害やけいれんなどを引き起こします。



なりやすい人は？

高齢者、肥満の人、普段から運動をしない人、暑さに慣れていない人、体調の悪い人、たくさん衣服を着ている人など。

室内でも起こります！

身体が暑さに慣れていないときに急に暑くなると、熱中症の可能性が高まります。また、室内外を問わず起こる可能性があり、寝ているときでも起こりますので、注意が必要です。

熱中症の予防方法は？

▼こまめに水分の補給
のどが乾いたら、水分補給をしましょう。特に高齢者の人は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を心がけてください。

暑い場所に出る前から水分を補給することが大切です。

こころの健康相談



保健センターでは、県立一戸病院の精神科医による個別相談を年4回(6・9・12・3月)行っています。

「眠れない」「やる気がでない」「わけもなく気分が落ち込む」「他の人が言っていることがとても気になる」「お酒を飲まずにいられない」といった症状は、こころが危険信号を出している可能性があります。

また、「物忘れがひどくなった」など認知症の相談も行っています。このようなときは、一人で悩まずに早めに相談することが解決の第一歩です。

ご家族からの相談も受け付けています。

日程 9月2日(金)
時間 13時30分～15時30分
場所 保健センター
費用 無料
連絡先 健康福祉課 役場内線158・159

※予約制です。事前に保健センターまでお問い合わせください。また、随時保健師もご相談に応じています。

室内温度を調節

①扇風機やエアコンを上手に使って室内温度を調節しましょう。
※節電も大事ですが、自分の体調管理はそれ以上に大切なことです。

体調管理の徹底

①体温調整が十分でない高齢者や子どもは、こまめに体温測定を！
②通気性の良い衣服を着て、熱が体内にこもらないように！
③保冷剤、水、冷たいタオルなどにより体を冷却！
「首」、「足の付け根や股の間」を冷やすと効果的です。

外出時の準備

①日傘や帽子、通気性の良い衣服を着用しましょう。
②日影を利用し、こまめに休憩をとるようにしましょう。

おたふくかぜ・水ぼうそうを予防しましょう

おたふくかぜ・水ぼうそうの予防には、予防接種が有効です。任意接種のため、接種料金は全額自己負担となりますが、お子さんのためにも、そして、感染を広げないためにも、予防接種を活用してください。