



第39回交通安全子供自転車埼玉県大会

健康の集い

▶技能走行コースの難関ポイント〜ジグザグ進行〜



7月13日に老人福祉センターで、健康の集いが開催されました。健康の保持や増進を目的として、当日は27名の方が参加しました。内容は、音楽に合わせてストレッチ運動をしたり、ビニール製のやわらかいボールを使ってゲームをしたりと、みなさん楽しいひと時を過ごしました。

7月8日、鴻巣市立総合体育館で同大会が行われ、小針小の6年生5名が出場しました。

この大会は、交通ルールを学び、自転車の正しい乗り方を身につけることによって交通事故を防ぐというもので、学科試験や法令走行、技能走行といった競技で採点されます。

県内の小学校41チームが参加し、小針小は11位という好成績を収めました。

出場選手

中丸 栄さん
八角 隆介さん
田口 詩織さん
岡 奨太郎さん
佐藤 友梨さん

アンドリューの “What's on”



No.16 The UK's Superstitions (イギリスの迷信)

There are many superstitious people in the UK. Two hundred years ago superstition and magic had more influence on society than nowadays. With the growth of science and knowledge superstitious behavior declined. Nevertheless some superstitions remain. It is considered unlucky to open an umbrella indoors in the United Kingdom. Nearly everybody avoids walking under a ladder-it is said this brings bad luck. If a black cat crosses your path this is supposed to be a bad omen. There is a superstitious phrase; 'touch wood' - people use this phrase when they hope for something-for example 'touch wood-the weather will be ok tomorrow' British people are also in the habit of crossing their fingers when they hope for something-Have you heard the expression, fingers crossed? To see one magpie in the morning is thought to be unlucky but to see a pair together is looked upon as lucky. If a mirror breaks the owner is said to be cursed with seven years of bad luck. There are also objects which are claimed to bring good fortune-rabbits feet, horse shoes, and four leaf clovers are some examples. For the majority of people these superstitions are little more than relics from the past-even still they are habits that die hard and are still in everyday use in the UK.

This will be my last newsletter. I am moving back to the UK next month. I would like to thank everyone I have met in Ina-machi for making me feel welcome. I wish you all a future filled with good fortune.

イギリスには、迷信を信じる人が大勢います。200年前、迷信と魔術は現在よりも社会に大きな影響を与えていました。科学と学問の進歩により、迷信を信じる習慣はなくなってきましたが、いくつかの迷信は現在にも残っています。イギリスでは、室内で傘を開くことは縁起が悪いとされています。ほとんど全ての人たちが、不幸を招くということではしごの下を通り抜けることを避けます。また、黒猫が自宅の小道を横切ったら縁起が悪いと考えられています。このような迷信の言葉があります。'touch wood (木に触る)'. イギリス人は願い事をするとき、この言葉を使います。例えば、「touch wood、明日天気が良くなりますように」のように使います。また、イギリス人は願い事をするとき、人差し指と中指を組み合わせるという習慣があります。fingers crossed (指を組み合わせる) という表現を聞いたことがありますか？朝、カササギの鳥を見ることは不吉と考えられていますが、2匹一緒にいるところを見ると、縁起が良いとされています。また、鏡が割れたとき、その鏡の持ち主は7年間呪われると言われています。イギリスには、幸運をもたらすと信じられている物もあります。例としては、ウサギの足、馬の蹄鉄、四葉のクローバーなどです。多くの人たちにとって、これらの迷信は過去のものにすぎませんが、イギリスではこれらの習慣はまだ残っており、毎日の生活でも使われています。

今回が、私の最後のニュースレターになります。私は来月イギリスに帰国します。伊奈町で私をあたたかく迎えてくれたみなさんに感謝しています。みなさんの将来が幸福に満ちたものでありますよう祈っています。

実施医療機関	電話番号
伊奈中央病院	721-3022
伊奈病院	721-3692
のぞみ病院	723-0855
金崎内科医院	728-8550
内田クリニック	728-9296
今成医院	723-8280
世沢整形外科	723-9191
木村クリニック	723-8884

基本健康診査・大腸がん検診等を実施します

受診期間 9月1日(木)～10月31日(月)

町では、40歳以上の方を対象とした基本健康診査（生活習慣病の早期発見を目的とした検診）を実施します。また、肝炎ウイルス検診および今年から新たに実施する前立腺がん検診も併せて実施します。

なお、大腸がん検診も同時に実施しますので、左記医療機関で予約のうえ受診してください。

〈基本健康診査・大腸がん検診〉

対象者 町内在住の40歳以上の方

負担金 基本健康診査 1,000円

ただし、町国民健康保険加入者および70歳以上の方は無料です。

大腸がん検診 400円

ただし、70歳以上の方は無料です。

医療機関の窓口でお支払いください

持ち物 受診票・保険証

内容 基本健康診査 診察、尿検査、血圧測定、血液検査、心電図等

大腸がん検診 問診、便潜血検査(免疫便潜血検査二日法)

受診方法 40歳以上の町国民健康保険加入者には受診票を送付します。

国民健康保険加入者以外の方(国民年金第3号被保険者)には、受診票を送付いたしませんので、受診を希望する方は、健康生活課までご連絡ください(電話受付可)。

なお、勤務先等で受診機会のない方は、健康生活課までお問い合わせください。

〈肝炎ウイルス検診対象者〉

基本健康診査の対象者のうち、40歳から70歳までの5

歳刻みの節目の方および14・15・16年度対象者で未受診者の方

- ・40歳 昭和39年11月1日～昭和40年10月31日生
- ・45歳 昭和34年11月1日～昭和35年10月31日生
- ・50歳 昭和29年11月1日～昭和30年10月31日生
- ・55歳 昭和24年11月1日～昭和25年10月31日生
- ・60歳 昭和19年11月1日～昭和20年10月31日生
- ・65歳 昭和14年11月1日～昭和15年10月31日生
- ・70歳 昭和9年11月1日～昭和10年10月31日生

〈前立腺がん検診対象者〉

基本健康診査の対象者のうち、50歳から70歳までの5歳刻みの節目の男性の方

- ・50歳 昭和29年11月1日～昭和30年10月31日生
- ・55歳 昭和24年11月1日～昭和25年10月31日生
- ・60歳 昭和19年11月1日～昭和20年10月31日生
- ・65歳 昭和14年11月1日～昭和15年10月31日生
- ・70歳 昭和9年11月1日～昭和10年10月31日生

負担金 肝炎ウイルス検診 無料

前立腺がん検診 1,000円

ただし、70歳の方は無料です。

医療機関の窓口でお支払いください

受診時間は、各医療機関の診療時間内です。

必ず受診した医療機関で健診結果を確認してください。



2歳を過ぎたころ太り出す幼児期の肥満は、成人の肥満につながりやすいだけに、生活習慣病の引き金にもなりかねません。

生後1年くらいまでの乳児期の肥満は、発達段階の一時期だけ太るものなので、歩き出すころになるとすっきりしてきます。

幼児期の肥満は、5～10歳がピークになります。この肥満は治りにくいのが特徴で、およそ8割の人が成人の肥満に移行します。そして、高血圧、糖尿病、動脈硬化、心臓病など、さまざまな生活習慣病の誘因となってしまうのです。

肥満を防ぐ日常生活のコツ

食事は1日3回、規則正しくとり、食べ過ぎに注意する。

おやつは決まった時間にし、量は控えめにする。

あめ、缶ジュースなど甘いもの、スナック菓子などの塩分の多いものを控えるようにする。

戸外に連れ出して、十分遊ばせよう。

室内でもからだを動かす機会を増やす(簡単な手伝いなどをさせる)。

子どもの成長の様子を記録する(母子健康手帳の記録欄などを活用)。

歯周疾患検診を実施します

町では、40歳以上の方を対象とした歯周疾患検診（歯周病の早期発見・予防を目的とした検診）を実施します。

受診期間 9月1日(木)～12月22日(木)

対象者 町内在住の40歳以上の方

☎ 8月10日(水)から窓口または電話で受付

負担金 無料

受診方法 申し込みされた方には受診票を送付しますので、下記歯科医院で予約のうえ受診してください。

持ち物 受診票・保険証

健康生活課

受診時間は、各医療機関の診療時間内です。

実施医療機関	電話番号	実施医療機関	電話番号
大津歯科医院	721-1181	小島歯科医院	723-0006
高野歯科医院	721-8148	中村歯科医院	720-1800
服部歯科医院	728-5323	さくら歯科医院	724-1182