

新入学おめでとうございます

平成21年4月2日から平成22年4月1日までに生まれたお子さんが、新1年生として町内の各小学校に入学します。

(敬称略、承諾された方のみ掲載)

常 盤

秋田 ^{ひめか} 姫花ちゃん (直樹)
秋山 ^{みつぎ} 舜響くん (良太)
伊藤あかりちゃん (明人)
黒崎 ^{とあ} 翔空くん (剛志)
齋藤 ^{ゆうのすけ} 優乃介くん (俊介)
林 ^{えいと} 瑛斗くん (恵)

川 上

倉内 ^{みつぎ} 美月ちゃん (洋一)
戸賀瀬 ^{なな} 七奈ちゃん (武史)
幕田あいりちゃん (康充)
和田 ^{しま} 志真ちゃん (岳志)

川上公住

川上 ^{けいご} 慶吾くん (留衣)

開 運

大島 ^{とうこ} 東子ちゃん (繁樹)
小倉 ^{そうすけ} 宗輔くん (裕司)
梶川 ^{はるま} 暖真くん (美里)
氣仙 ^{さくら} 咲来ちゃん (昌樹)
篠塚 ^{れい} 黎くん (直之)
清野 ^{げんた} 元太くん (毅)
西嶋 ^{はるもと} 悠元くん (隆元)

旭

石黒 ^{すみか} 純華ちゃん (亜希子)
大塚 ^{あつた} 萌瑠ちゃん (武彦)
小林 ^{みずき} 瑞季ちゃん (雅美)
中村 ^{ここみ} 心美ちゃん (富美男)
畑井 ^{けいし} 慶士くん (幸彦)
原武 ^{りあ} 莉愛ちゃん (泰寛)

富 士

妹尾 ^{あやの} 彩乃ちゃん (忠祐)

桜

伊良子 ^{しゅうが} 柊汰くん (一貴)
柴田 ^{ゆい} 唯ちゃん (政伸)
手塚 ^{だいき} 大貴くん (明彦)
山崎 ^{はると} 晴斗くん (浩樹)
山下 ^{ゆな} ゆなちゃん (伸也)
油谷 ^{りょうき} 亮希くん (岳人)

桜公住

阿部 ^{ふうあ} 風葵くん (美弥子)
島 ^{さくや} 咲耶ちゃん (壮太)
高田 ^{みゆ} 美優ちゃん (由佳)
輪嶋 ^{ひな} 陽菜ちゃん (直樹)

平 和

神坂 ^{さき} 幸ちゃん (亘)
平間 ^{ことね} 琴音ちゃん (章)
藤塚 ^{れん} 蓮生くん (香織)
松田 ^{つばさ} 翼汰くん (拓也)

麻 生

熊谷 ^{れな} 玲菜ちゃん (みなみ)
倉内 ^{しゅう} 翔くん (義行)
児玉 ^{あすか} 明日香ちゃん (知己)
小山 ^{こうのすけ} 幸之丞くん (義幸)
林 ^{おとは} 音羽ちゃん (賢吾)

栄

梶川 ^{りょう} 諒くん (忠幸)
澁谷 ^{あつな} 篤永くん (祥之介)

南標茶

上石 ^{あやな} 綾菜ちゃん (真)

多 和

遠藤 ^{りゅうた} 隆汰くん (謙二)

上多和

及川 ^{かける} 翔くん (洋樹)
鈴木 ^{あいら} 愛來ちゃん (均)

磯分内

鎌仲 ^{らいと} 來斗くん (貴之)
小林 ^{りほ} 凜穂ちゃん (慶次朗)
佐藤 ^{こうた} 煌太くん (清子)
菅原 ^{とあ} 永愛ちゃん (卓哉)
寺本 ^{ともひろ} 知寛くん (文寛)
山崎 ^{しずく} 雫ちゃん (真樹)

虹 別

菊地 ^{りん} 凜ちゃん (映司)
佐藤 ^{れな} 玲奈ちゃん (翔)
高橋 ^{ゆい} 唯ちゃん (一郎)
高橋 ^{れい} 滯ちゃん (一郎)
笛木 ^{さな} 桜和ちゃん (智和)
本多 ^{そうし} 蒼士くん (崇史)
三浦 ^{えいた} 瑛太くん (晴奈)
山本 ^{いちか} 母花ちゃん (勝也)
渡邊 ^{しんたろう} 志太郎くん (大治)

茶安別

館石 ^{れのん} 恋音ちゃん (吉貴)
眞野 ^{かいせい} 海成くん (俊明)

塘 路

小岩 ^{とおこ} 湖子ちゃん (尚文)

オソツベツ

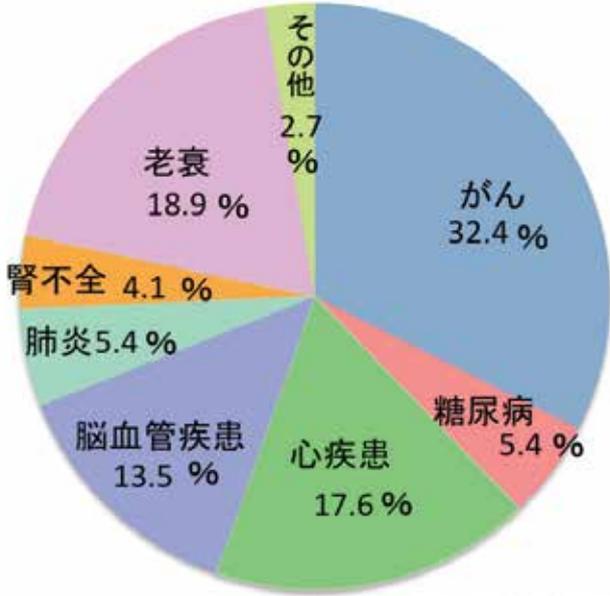
高橋 ^{れみ} 伶碧ちゃん (優一)

コッタロ

大倉 ^{ひな} 陽菜ちゃん (裕輔)

※氏名に誤記や脱落、また、住所など異動がある場合は、教育委員会管理課学校教育係 (☎485-2111内線285) まで連絡してください。

図1 標茶町の死因別死亡状況



資料：平成25年 釧路根室地域情報年報

受けたくないなんてもったいない！ 総合住民健診



今年も健診の季節がやってきました。毎年2月は、健診申込月間です。

皆さんは、健診を毎年受けていますか？職場などで健診を受ける機会のない20歳以上の方からお年寄りの方（年齢の上限無し）までを対象に、本町ではさまざまな健診を実施しています。

元気なのに なぜ健診を受けるの？

いつまでも元気で暮らしたいのは誰もが願うことですが、そのためには、身体が健康であることが必要です。しかし、若い世代は健康を意識する機会が少なく、働き盛りの世代は自分の健康が二の次になっ

てしまう傾向があります。あなたの健康はあなただけのものではありません。あなたの健康を願う人がいます。

本町の死亡原因は図1のとおりです。このうち、健診でチェックできる病気は、がん、糖尿病、心疾患、脳血管疾患、腎疾患で全体の7割を占めます。健診を毎年継続して受けることで、病気に近づいていないかを健診結果から早めに知ることが出来ます。早めに変化に気付くことで、病気の予防や早期治療につながります。健診を受けたことが無く、何か見つかるのが怖いと思っている方、決して遅くはありません。自覚症状の無いうちに先手を打つことが大切です。

健診は どのような内容ですか？

基本健診と特定健診は、対象者によって呼び名が変わりますが内容はほぼ一緒で、主に心疾患や脳血管疾患につな

がる生活習慣病（高血圧症、脂質異常症、糖尿病など）の早期発見を目的としています。具体的には、血液・尿検査、医師診察などです。血液検査では、脂質・糖代謝のほか、肝臓・腎臓・貧血の項目もチェックしています。定期受診されている方も、診察では診ていない項目があるかもしれないかもしれません。どうぞ積極的に健診を受けてください。

がん検診は、胃・肺・大腸・前立腺・乳がん・子宮頸がん検診があります。がん患者数は年々増加しており、男性は前立腺がんの急増、女性は乳がんが最も多く、子宮頸がんは20代から増加しています。胃・肺・大腸がんは男女とも50代から急増する傾向です。各種健診をいっしょに受けてください。

はいくらかで受けられるのは、広報の折り込みチラシを見てください。

若いうちから毎年の健康チェックを習慣にしましょう。定期的な健診を受けている人は、受けていない人に比べて医療費が安く済んでいるという調査結果もあります。健診は、あなたの幸せな未来にきつと役立つことですよ。

■問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-11000）

平成28年度 総合住民健診・ 国保ドックの お知らせ



平成28年度の総合住民健診および国保ドックの申し込みが始まります。

平成27年12月時点で標茶町国民健康保険に加入している特定健診対象の平成28年度40歳以上75歳未満の方と、平成27年度総合住民健診を受診した方については、個別で「総合住民健診申込書」を送付します。申込書が送付されていない方は、広報の折り込みチラシを見て、電話で申し込みください。

■申し込み・問い合わせ／ふれあい交流センター健康推進係（☎485-11000）



堀井 ミエ子さん
(多 和)



中村 幸雄さん
(阿歴内)



山崎 愛子さん
(磯分内)

長寿88歳

おめでとう ございます

《平成27年11月該当》

掲載に同意いただいた方のみ
掲載しています。

・広告に掲載されている安い商品の問い合わせをしたら、来訪した業者から別の高額な商品の契約をさせら

ひとことアドバイス

・折り返し広告に約1万円のミシンが載っていたので、販売店に電話をして来訪してもらった。「もつと簡単で良いミシンも持ってきたので見てほしい」と言われ、そのミシンで刺しゅうなどをデモンストレーションしてくれたが、価格が30万円だと聞き驚いて断った。しかし、値引きすると言われ、3時間以上も丁寧に説明してもらったこともあり、断りきれず頭金を支払ってしまった。(80歳代 女性)

内容

生活豆知識

安価なミシンを買うつもりが、予想外な高額ミシンに!



- ・「おかしい」「困ったな」と思ったときなどは、1人で悩まずお気軽に左記相談窓口へ問い合わせください。
- ・相談窓口
 ・役場企画財政課商工労働係
 (2階⑩番窓口 ☎4851-2111内線251)
 ・釧路市消費生活センター
 (☎0154-2413000)
 ・消費者ホットライン
 (☎1188)

飲んで美味しい牛乳をさらに美味しく食べてもらいたい!

牛乳を食べよう!

～牛乳とお酢でマヨネーズ代わりに!～



J-milkホームページより提供

今月のレシピ ミルクポテトサラダ

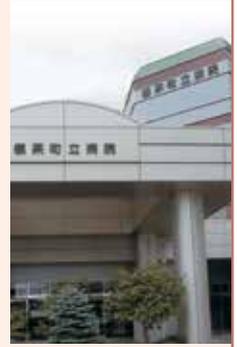
作 り 方

- ①ミルク粉吹きいもを作る。じゃがいもは皮をむいて8等分にし、表面をさっと洗う。鍋にじゃがいも、牛乳を入れてクッキングシートで落としぶたをし、中火で約15分煮る。
- ②落としぶたを取り、火力を強めて底を混ぜながら、トロトロになるまで水分を飛ばす。最後に塩で味をととのえる。
- ③②が熱いうちに、すし酢を加えてあえる。
- ④にんじんをさっとゆで、水気を絞り、きゅうり、③を混ぜ合わせる。

材 料 (2人分)

- ミルク粉吹きいも
- じゃがいも…2個 (200g)
- 牛乳…200ml
- 塩…少量
- すし酢…小さじ1
- きゅうり (輪切り) …½本
- にんじん (いちょう切り) …½本

町立病院からのお知らせ



☆2月の外科医師は、北大消化器外科 I から1週間または2週間交代の医師派遣となります。

標茶町立病院 ☎485-2135

URL <http://www.town.shibecha.hokkaido.jp/hospital/>

☆2月の小児科診療受付時間／

● ☆お願い／

● 町立病院は、救急指定病院として24時間体制で診療を行っていますが、医師の負担軽減のためにも、緊急に診断・治療が必要な方を除き、通常時間帯の受診をお願いします。

	一般診療		予防接種（事前予約が必要です）	
	午前の部	午後の部	13:00～13:30	14:45～15:45
	8:45～11:00	13:00～14:00		
2日(火)	●	休診	●	休診
9日(火)	●	●	休診	●
10日(水)	●	●	休診	休診
16日(火)	●	休診	●	休診
23日(火)	●	●	休診	●
24日(水)	●	●	休診	休診

【予防接種について】

- 《小児科／定期接種》 ●麻しん風しん混合・BCG・ヒブ・小児用肺炎球菌・四種混合・水痘の接種希望者は、小児科診療日の午前11時までに病院へ電話連絡してください。（ワクチンの準備の都合上、お願いします）
- 不活化ポリオの接種希望者は、前週の水曜日までに病院へ電話連絡してください。
- BCG以外の予防接種は、同時接種が可能です。同時接種の詳細は、病院へ問い合わせください。
- 《子宮頸がん》 ●定期接種（中学1年～高校1年対象）は、5日前までに病院へ電話連絡してください。
- 定期接種・任意接種ともに、産婦人科での診療となりますので、下記日程を参照してください。
- 《任意接種》 ●おたふくかぜ、定期接種以外の水痘・65歳以上の肺炎球菌・小児用肺炎球菌・子宮頸がん・麻しん・風しん・麻しん風しん混合は予約が必要となりますので、総合受付窓口または電話で申し込みください。
- インフルエンザ予防接種の新規受付は、1月20日に終了しました。

※定期の予防接種についての詳細は、ふれあい交流センター健康推進係(☎485-1000)へ問い合わせください。

【看護部より】

新年になり何かと飲酒する機会が増える時期ですが、急性アルコール中毒となり救急車で搬送される例が毎年あります。生死に関わることもありますので、周囲で急性アルコール中毒の疑いのある人に遭遇した場合は、①意識の確認 ②呼吸をしているか ③脈はあるかを確認し、水やお茶を少しずつ飲ませたり、衣服を緩めるたりしてあげてください。少しでも普通じゃないと感じたら、直ちに救急車を呼ぶことも大切です。

小児科 平成27年10月から平成28年3月まで、毎月の小児科の診療日数が1日増えています。

産婦人科 ●診療体制／週2回（月曜日の午前・木曜日の午後）

●受付時間／月曜日…午前8時45分～11時
木曜日…午後1時～3時30分

●予約制となっています。受診日の5日前までに来院時または電話で予約してください。
※予約がなくても受け付けますが、予約の方を優先します。（救急患者を除く）

外科 毎週金曜日の外来受付は、午後3時30分までです。

内科 2月19日(金)は、午後から休診となります。