

夏休みだ!! 親子クッキング教室 参加者募集!

母子保健班

子どものときから「食」に関心を持ち、作る楽しさを知って
もらうことを目的に、毎年恒例のクッキング教室を開催します。
お子さんと協力しながら一緒に料理を作ってみませんか?

日 時 ①7月23日(火)

②8月21日(水)

両日ともに9:30～13:00(予定)

場 所 すこやかセンター2階 調理室

対 象 年長児～小学生の子どもと保護者

※必ず保護者の人も一緒にご参加ください。

内 容 調理実習、試食 ※両日とも同じメニューです。

①②どちらかを選んでお申込みください。

定 員 各回先着 10 組

※託児はありません。

参加費 1人 500 円

申込み 電話で申込み

※詳細は、申込み後に改めて通知します。



成田赤十字病院 公開健康講座

日 時 7月27日(土) 14:00～15:30

場 所 赤坂ふれあいセンター 大会議室

<成田市赤坂2-1-14>

テーマ 肺がんについて

～みんなで学ぶ最新の診察と日頃から注意すべきこと～

講 師 寺田 二郎さん

(成田赤十字病院 呼吸器内科部長)

定 員 80 人

費 用 無料

申込み 成田赤十字病院社会課に電話で予約(☎ (22) 2311)

または成田赤十字病院のホームページで受付

※詳しくは成田赤十字病院社会課に問い合わせ
てください。

おいしく減塩! レシピコンテスト開催!

成人保健班

市では、『とみさと減塩プロジェクト』と題し、減塩に向けたさまざまな取組を実施しています。

「おいしく減塩! レシピコンテスト」入賞者には、副賞をご用意しています。たくさんの応募お待ちしております。

募集部門

○主菜部門(肉、魚、大豆製品、卵料理)

※井や麺類などの主菜と主食が一体の料理でも可

○副菜部門

○汁物部門

※いずれも減塩の工夫がされ、家庭でも簡単に作ることが
できるオリジナルレシピ

応募資格 市内在住・在勤の人

募集期間 7月22日(月)～8月31日(土)

応募方法 応募用紙に必要事項を記入して、
健康推進課窓口へ持参・郵送・メールの
いずれかで応募してください

〒286-0292(住所不要)

kenkou@city.tomisato.lg.jp

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



よい歯コンクールを開催しました!

母子保健班

5月9日に「よい歯コンクール」として「親と子の部」「高齢者の部」を開催しました。

■親と子の部

12組の参加があり、小嶋有子さん・彩芭さん親子が最優秀賞
を受賞しました。お母さんにお話を伺ったところ、仕上げ
磨きは毎日行っており、おやつを食べるときはお茶にする
など、気を付けているとお話でした。

ゆうこ いろは
小嶋有子さん・彩芭さん親子

■高齢者の部

2人の参加があり、診査を行った歯科医からは「むし歯は
なく、口腔内状況が良好であった」と講評され、2人とも
表彰となりました。参加者からは、歯科医院へ定期受診し、
なんでも食べられているとお話がありました。

みよこ てるみ
左から) 上倉美代子さん、伊藤輝美さん