

# 誕生おめでとう

3月16日～4月15日届出分 (11人)

あかちゃん	性別	保護者	誕生日	公民会
あかちゃん	男	希 徹	3・12	屋地馬場
岡留	男	陽菜 昌高	3・14	東町
有村	女	悠貴 清輝	3・15	宮ノ下
小坂	男	圭 牙 崇	3・26	中間
植村	男	瑞心 庄司	3・27	船木東
下屋敷	男	さくら 政次郎	3・28	櫃ヶ迫
中園	女	彩 高生	3・31	町頭
山口	女	みづき 光春	4・6	西町
やまくち	男	天馬 知弘	4・4	広瀬
山口	女	ひゅうが 勇樹	4・3	あながわ
はしだん	男	みづき 光春	4・6	西町
宮里	男	みづき 光春	4・6	西町
ひがし	女	みづき 光春	4・6	西町

## おくやみ申し上げます

3月16日～4月15日届出分 (33人)

なぐなつた人	年齢	届出人	公民会	死亡日
なぐなつた人	年齢	届出人	公民会	死亡日
出石 廣澄	83	出石 千里 豆漬	3・15	
八無アツエ	88	竹下 郁子 榎中翠	3・16	
中王子 直	90	中王子トミ 紫尾上	3・17	
宮内 満子	60	宮内 秀行 熊田	3・19	
池山 ミ子	98	池山 正満 岩元	3・19	
二ツ木由子	67	二ツ木悦男 虎居町	3・22	
北野 カノ	101	北野 俊郎 さらら	3・24	
山口 松次	77	山口 フヨ 二渡	3・25	

  

小緑 セイ	87	小緑 優子 飯屋原	3・26	
崎野 久江	81	崎野 安弘 虎居町	3・26	
野元 詳六	71	野元 朝子 麓	3・26	
原園 満男	60	原園美代子 船木西	3・29	
濱崎 隆志	57	濱崎 典子 虎居町	3・29	
山下トシ子	89	田中 久男 鶴宮園	3・29	
栗須 タケ	85	栗須 維新 上仲町	3・31	
中園 ツヨ	88	中園 昭生 櫃ヶ迫	3・31	
岸良 ナミ	98	岸良 五子 湯田中	4・1	
中村 潤子	57	中村 正登 屋地馬場	4・4	
甫立ナミエ	99	甫立己之助 甫立	4・4	
末吉 幸雄	84	末吉 典子 二渡町	4・5	
有川 侃	82	有川 ノブ 上仲町	4・7	
犬童 幸吉	74	犬童 則江 戸子田	4・9	
下境田ニキ	94	東大園フミ さつま園	4・10	
荒木 孝道	65	荒木 静枝 湯之元	4・11	
有田フチノ	96	有田 育男 吉川	4・11	
池田 清次	57	池田かよ子 中央	4・12	
本田 健一	58	林 幸子 山崎中	4・12	
桃蘭 龍	89	桃蘭キミエ 下中福良	4・12	
豊田 花香	77	大野 宏 高嶺	4・13	
今村 兼廣	89	今村八千代 榎上豆	4・13	
柳田 フミ	95	柳田 幸美 高嶺	4・13	
外園 生	79	外園 三郎 大願寺	4・14	
永松ノブ子	87	永松 一郎 さつま園	4・14	

※「誕生・おくやみ」は、届出人が同意され方だけ掲載しています。

**篤志寄付**  
町社会福祉協議会へ  
・紫尾区大衆浴場 上之原 純 夫

## 健康だより ～健康さつま21シリーズ⑧ 健康づくりの主役は、町民一人ひとりです

町民一人ひとりが健康づくりに関心を持ち、「自分の健康づくり」、「家庭の健康づくり」、「地域の健康づくり」において役割を自覚し行動することが重要です。

### 町では「健康さつま21」を推進しています

「健康さつま21」の推進にあたって、平成19年度から2年間ごとの重点活動領域・主な努力目標を決めて公民会ごと（公民館ごと）に取り組んでいただこうと計画しています。

### 公民会（公民館）ごとに取り組めます

「栄養・食生活」か「身体活動・運動」のどちらかを主な健康づくり活動としてスローガンを決め、具体的に行う内容を決めましょう。

（例）外出や運動する人が少ない公民会

公民会の健康づくりスローガン（例）

積極的に外出し、もっと運動する習慣をつけよう！

公民会の健康づくり推進の具体策（案）

- ・公民会行事に、家族・隣人と声かけあって、積極的に参加します。
  - ・公民会行事の初めには、必ずラジオ体操やストレッチなどの軽体操を実施します。
  - ・週1回（毎日）公民会放送でラジオ体操を流し、各家庭で体操を実施します。
  - ・体育指導委員の協力を得て年1回健康ウォーキング大会を開催します。
  - ・高齢者ふれあいサロンに声かけあって参加します。
  - ・高齢者ふれあいサロンでは、体力に応じた運動教室を開催します。
  - ・年代に応じた公民会ウォーキングコースを考案します。 など
- 1年目、2年目の具体策をいくつか決めてみんなで主体的に取り組めます。



ころばん会（転倒予防教室）

「健康いきいき“元気さつま”」をめざしましょう！