

周陽
ふれあい

昭和66年6月5日
周陽地区
コミュニティだより
第53号
編集・発行
周陽地区コミュニティ
推進協議会
広報部



◎母子保健だより

お腹の赤ちゃんと一緒に学習しませんか。
じょうぶな赤ちゃんを生み育みたいお母さん
を対象に、周陽公民館で「母親学級」を開催
します。今月の予定は次のとおりですので
気軽に参加してください。

四日、十一日、十八日、二十五日（十三時～）

・ひとこと

おやつの中で最も
さけたいのが清涼
飲料水です。
冷やすと甘みが感
じなくなる為、砂糖
水と同じになります。



砂糖をたくさん取ることでより体内のカルシウムが失われ骨折の原因になります。
こいからの時期は清涼飲料水を飲むことが多くなりますので気を付けましょう。

◎交通安全協会周陽支部より

毎年、秋の交通安全運動期間中に優良運転者の表彰を行っています。

対象者は、最近五ヶ年以上無事故無違反の運転者です。

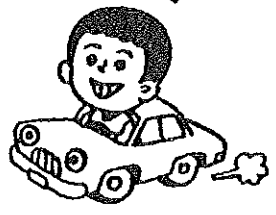
該当すると思われる方は、六月末日までに左記のことを周陽公民館までお申し出ください。

- ・住所、氏名、生年月日
- ・免許取得年月日、免許番号
- ・現在運転している車の車種

◎子ども会育成連絡協議会より

来る六月二十三日（日）に子ども会球技大会を開催します。多数の参加と多数の応援をお待ちしています。（抽せんは十五日、十八時～）

なお、各子ども会で事前に練習される場合は、児童安全会の届け出を必ず公民館に出しておいてください。



◎武道少年団より

去る五月二十七日（日）周陽小体育館で行われた徳山市スポーツ少年団剣道大会において、我々の周陽武道少年団の子ども達は、日頃の練習成果を十分に発揮し、次のような成績をおさめました。これから頑張りますので応援してください。

(個人部)	
優勝	中学女子部 高橋美紀さん
第二位	〃 二年〃 中嶋哲也くん
第三位	〃 二年〃 栗田加江さん
	〃 三年〃 内海洋二くん
	〃 〃 佐伯剛くん
	〃 〃 石原佳代子さん
(団体部)	
第二位	五年男子部 周南人チーム
	〃 女子〃
第三位	四年女子〃 周南Bチーム
	五年〃

◎今月の行事

- 7日 シルバー推進協議会会長会
- 8日 コミュニティ推進協議会総会
- 9日 競海園コッポリズム
- 自治会対抗ソフトボール大会
- 10日 団地三地区コミュニティ連絡協議会
- 16日 資源ゴミ回収、地域いっせい清掃
- 23日 子ども会球技大会
- 30日 自治会対抗ママさんソフトボール大会

歯は健康のBOX-7-

歯の健康は、からだ全体の健康と密接な関係をもっています。
虫歯や歯槽膿漏などにかかった歯では、食物が十分かまえませんから、胃や腸に悪い影響を与えます。

歯の形成に必要な栄養素とそれを含む食品

歯に必要な栄養素	栄養素を含む食品
良質のタンパク質	鶏手羽肉、あじ、卵、とうふ、牛乳
ビタミンA	豚しほ、ほうれん草、にんじん、バター、卵黄
ビタミンC	ほうれん草、みかん、ピーマン、トマト、キャベツ
ビタミンD	卵黄、バター、牛乳
カルシウム	いわし、丸干、スキムミルク、牛乳、チーズ、ひじき
リン	牛肉、豚肉、チーズ、卵