

健康ひろば



町公式ホームページ

令和8年度 「YORII KENKO弁当」の販売について ～食べてはじめてよう! 健康的な食習慣～

町の健康課題を「食」を通じて改善するため、日本栄養大学(令和8年4月より女子栄養大学から名称変更)との連携事業の一環として開発した「YORII KENKO弁当」を今年度も販売します。“野菜たっぷり、食塩控えめ、栄養バランスの整った”弁当となっていますので、ぜひご賞味ください。

「YORII KENKO弁当」についての詳細は、町公式ホームページをご覧ください。

健康づくり課 ☎581・2121内線214・216

販売する弁当の紹介

① たっぷり野菜と豆腐ハンバーグ

- 主食 ご飯(胚芽精米入り)
- 主菜 豆腐ハンバーグ
- 副菜 なすとパプリカの甘酢炒め
小松菜としらすの海苔和え
かぼちゃサラダ



たっぷり野菜と豆腐ハンバーグ

② 野菜も主役! ゴロゴロ甘辛チキン

- 主食 ご飯(胚芽精米入り)
- 主菜 チキンと彩り野菜のゴロゴロ甘辛炒めブロッコリー添え
- 副菜 味噌山椒ポテト
なすとごぼうのはちみつしょうが炒め
小松菜としめじのツナ和え



野菜も主役! ゴロゴロ甘辛チキン

販売方法

① イベント等での販売

11月8日(日)の健康まつり(会場:役場1階ロビー)等で販売予定です。
※イベントでの販売については、本誌や町公式ホームページ等で随時お知らせします。

②【新規】健康講話付き「YORII KENKO弁当」販売

町内の企業、団体等向けに「YORII KENKO弁当」の販売と併せて、保健師や管理栄養士等による健康講話を実施します。講話では「YORII KENKO弁当」の紹介や栄養バランスの整った食事、普段の食事における減塩のポイントなどについてお話しします。地域の集まりや交流会、企業の健康教育等で、ぜひご利用ください。(町内の企業、サークル、自治会、老人会等、お気軽にご相談ください。)

実施期間	実施場所	申込方法
7月2日(木)～ 令和9年2月26日(金)	各団体等の活動場所(町内)	健康づくり課 ☎581・8500へ電話でお申し込みください。

※弁当の注文は10食以上40食まで可能です。
※注文状況や事業者の都合、予算状況等により、ご希望に添えない場合があります。
※実施には条件があります。詳しくは健康づくり課へお問い合わせください。

③ 予約販売

今年度は、9月と令和9年1月ごろに予約販売を行う予定です。販売日時、場所、予約方法等の詳細は、本誌8月号・12月号でお知らせします。

④【新規】弁当製造・販売事業者への注文販売

以下の事業者に直接注文することが可能です。購入希望がありましたら、事業者にお問い合わせください。地域の集まりや会議のほか、スポーツ大会などのイベント等にぜひご利用ください。

〈弁当製造・販売事業者〉

うま担ノこいど(富田2892-9) ☎582・2461 営業時間/木～日曜日の正午～午後7時

※注文は営業時間内にお願いします。
※月曜日・金曜日の購入は1カ月前まで、その他の曜日の購入は1週間前までに注文をしてください。
※注文状況等によっては販売できない日があります。
※町が販売する価格(650円)と異なりますので、注文時にご確認ください。

販売数・価格(上記④を除く)

販売数/各日40食 販売価格/650円(税込み)

野菜を食べて夏を元気に! 野菜ソムリエとつくる夏休み親子クッキング

旬の野菜の選び方、食べ方を学びながら、親子で楽しく参加できる親子料理教室を開催します。夏休みの思い出づくりに、ぜひお子さんと一緒にご参加ください。

- 日時/8月2日(日)午前10時～午後1時(受付9時45分)
- 場所/男衾コミュニティセンター調理実習室
- 対象/町内の小学生とその保護者
- 定員/10組
- ※1組当たり小学生、保護者各1人でお申し込みください。
- ※申込数が定員を上回った場合は抽選を行います。
- メニュー/夏野菜のドライカレー、きゅうりとツナのスパイスサラダ、キウイジュリカンド
- 持ち物/エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、水分補給ができるもの、筆記用具
- 講師/野菜ソムリエエプロ・牧野悦子先生



費用/1組800円

※当日集金しますので、お釣りのないようお願いします。

申し込み/7月13日(月)午前9時～20日(月・祝)午後5時に、電子申請・届出サービスからお申し込みください。

その他

○食物アレルギーの対応は行っていません。
○抽選結果は、7月24日(金)までに、申込時に登録されたメールアドレス宛てにお知らせします。抽選に関するお問い合わせにはお答えできません。

○当選後、やむを得ずキャンセルされる場合は、必ず7月30日(木)午後5時まで、健康づくり課へご連絡ください。

健康づくり課

☎581・2121内線214・216



電子申請・届出サービス

歯周病検診で始める健口習慣 医療機関にて「無料」で受診できます

お口の健康を保つことは、むし歯や歯周病だけでなく、糖尿病の悪化や循環器病、誤嚥性肺炎の予防等にもつながります。お口の健康のためには、毎日のブラッシングなど自身によるセルフケアに加えて、医療機関で受けられる定期的なプロフェッショナルケアの両輪での取り組みが必要です。プロフェッショナルケアを受けることで、むし歯や歯周病を予防するだけでなく、セルフケアでは落ちない歯石等を除去し、お口の環境を清潔に保つことができます。

今年度から、町内の協力歯科医療機関において「無料」で歯周病検診を受診できるようになりました。この機会にプロフェッショナルケアを受け、いつまでも自分の歯でおいしく食事ができる健口習慣を身に付けてみませんか。

- 検診期間/7月1日(水)～令和9年2月28日(日)
- 対象/20、30、40、50、60、70歳の方(令和9年3月31日時点)
- ※歯の治療中で通院している方、職場等で歯科検診を受ける機会のある方は対象外です。
- 予約方法/町内の協力歯科医療機関へ直接予約してください。
- 費用/無料
- ※検診の結果、治療等が必要な場合は通常の保険診療となり、自己負担がかかる場合があります。
- ※対象の方には、6月中に受診券を個別に送付いたします。受診できる歯科医療機関や予約方法等の詳細は、通知に同封した「歯周病検診のご案内」でご確認ください。

健康づくり課

☎581・2121
内線211・212



町公式ホームページ

8月の保健事業

健康づくり課 ☎581・2121内線214・216

こころの健康相談 要事前予約

日時	25日(火)10:00～11:00
場所	役場2階 健康づくり課
対象	こころの健康について悩みをお持ちの方、その家族および関係者

ふるさと健康体操

生活習慣病予防 軽運動教室

日	6日、20日 (第1・3木曜日)	日	10日、24日 (第2・4月曜日)
時間	10:00～11:00	時間	13:30～14:30
場所	勤労福祉センター (よりい会館) 3階スポーツ レクリエーション室	場所	男衾 コミュニティセンター 多目的ホール

持ち物 運動しやすい服装、水分補給ができるもの、上履き、タオル
※全日、自主活動となります。
※熱中症特別警戒アラート、熱中症警戒アラートの発表があった場合は中止となります。