

あっぱれ 優拍手に

小学生

■千葉県歯と口の健康図画・ポスターコンクール

佳作 高橋琉唯、佐藤慶一(久賀小)

■香取郡市小中学校科学作品展

(第一小) 金賞 吉田悠真、小倉莉央 **県作品展**

富塚ゆかり、鈴木さくら、吉田真菜、平山小夏、半田結野、水野航雅

(中村小) 金賞 柳下真名美、高橋晴香、飯田さくら、萩原愛葉

■香取郡市青少年読書感想文コンクール

優秀 飯田紗来(中村小)

中学生

■千葉県歯と口の健康に関する図画ポスターコンクール

佳作 平山菜奈、松原美結

■香取郡市英語発表会

総合2位 多古中

3年スピーチ部門2位 野芽芽依

■香取郡市新人ソフトテニス大会

男子団体 優勝

女子団体 優勝

男子ダブルス準優勝 大貫夏暉・菅澤悠輝

男子ダブルス3位 宇井一愛・並木柊治

女子ダブルス準優勝 黒田翼・並木南

男子1年ダブルス準優勝 内藤庵・鈴木真斗

男子1年ダブルス3位 依知川宗樹・木川智史

女子1年ダブルス3位 平山桃花・東間愛由

■香取郡市新人陸上競技大会

女子総合3位 陸上部

男子共通1500m3位 篠塚悠真

男子共通砲丸投げ1位 高橋涼大朗

男子共通砲丸投げ2位 鎌田一成

男子共通4×100mリレー3位 佐藤雄介・有井光・桑田蓮斗・高橋涼大朗

女子1年100m2位 齊藤知花

女子共通100m1位 山崎蒼海

女子1年800m3位 佐藤心咲

女子共通1500m2位 佐藤芽以

女子共通1500m3位 飯田優里菜

女子共通4×100mリレー3位 麻生桃香・飯田優里菜・齊藤知花・山崎蒼海

町長日誌 (9月1日～30日)



1日	職員防災訓練【写真①】 朝礼 自衛隊第一空挺団特科大隊来庁 地域おこし協力隊委嘱式 香取・佐原母親大会事務局来庁
2日	庁議
4日	成人の日記念式典実行委員との意見交換会
5日	叙勲伝達
6日	議会9月定例会(1日目)【写真②】
7日	議会9月定例会(2日目) NAA 来庁
8日	議会9月定例会(3日目) 空港対策特別委員会協議会成田空港視察
9日	千葉県庁、国土交通省 千葉国道事務所訪問
10日	慶弔規程に係る会葬
12日	議会9月定例会(4日目)
13日	議会9月定例会(5日目) (有)ティ・ティ・エス常務来庁
14日	議会9月定例会(6日目) 「新しい成田空港」構想意見交換会【千葉県庁】【写真③】
15日	決算審査特別委員会
16日	千葉テレビ「お昼の怪傑! TV」収録【写真④】 決算審査特別委員会
17日	多古米の! 稲刈り体験!!
18日	日本造園学会関東支部学生デザインワークショップ講評会
20日	議会9月定例会(最終日)
21日	職員採用面接
22日	来客対応
26日	飯笹区役員来庁
27日	来客対応 NAA 来庁
28日	来客対応
29日	現地視察(茨城県) NARITA 空港圏青年交流会・通常総会(成田市)
30日	青森県田子町訪問



【写真①】

1日 職員防災訓練



【写真②】

6日 議会9月定例会



【写真③】

14日 「新しい成田空港」構想意見交換会



【写真④】

16日 千葉テレビ「お昼の怪傑! TV」収録

町独自に応援します! 多古町中小企業等応援給付金

申請
受付中!

新型コロナウイルス感染症などによる、原材料や燃料価格の高騰による影響が特に大きい中小企業に対して、応援給付金を交付し、事業の継続・立て直しの取り組みを応援します!

対象 農林業または運輸業が主な収入源となっている方

給付金額 売上規模1,000万円未満: **10万円**

売上規模1,000万円以上5,000万円未満: **20万円**



主な要件 ①～⑤すべてに該当すること

- ①町内に所在する店舗、事業所などで主たる事業を営む中小企業など(法人または個人事業者)であり、かつ本店または主たる事務所が町内に所在していること
- ②主たる事業が、日本標準産業分類における大分類[A]農業・林業または大分類[H]運輸業・郵便業であること
- ③令和4年7月1日までに事業を開始しており、今後も事業を継続する意思があること
- ④町税などを滞納していないこと
- ⑤事業を営むに当たって、関連する法令および条例などを遵守していること

申請方法、必要書類、申請の流れは、お問い合わせいただくか町ホームページをご覧ください。



お問合せ●産業経済課経済振興係 ☎76-5404

詳しくはこちら

多古中央病院から

健康・福祉

たんぱく質足りていますか?

健康・福祉



高齢になると、活動量や基礎代謝量が減少していくので、必要なエネルギー量は減少していきます。たんぱく質は減少していきます。上の男性で60g、女性は50gとされ成人男性の場合は65g、女性は50g(日本人の食事摂取基準(2020年版)より)と高齢になってもあまり変わりません。しかし食欲が落ちて食事量が減少したり、かむ力が衰えて肉や魚などを食べなくなったり、簡単な食事(麺類、パン、ご飯に漬物など)で済ませるなど、高齢になると栄養不足や炭水化物中心の偏った食事になりやすく、たんぱく質が不足しがちです。



たんぱく質の不足は、筋肉量の減少や運動機能・活動量の低下、骨が弱くなる原因となります。他にも、免疫力の低下や感染症のリスクが高まり、疲れやすくなったり風邪を引きやすくなるなど、たんぱく質は体をつくる上でとても大切な栄養素になっています。では、どのくらい食べればよいのでしょうか。たんぱく質は肉や魚、卵、大豆製品などに多く含まれており、1日分の具体例を挙げると、卵1個、豚肩ロース肉3枚、鮭1切れ、納豆1個です。主菜で食べることが難しい場合は、汁物に豆腐や卵を入れたり、副菜にツナやしらすを入れたり他の食材と合わせて食べることをお勧めです。

【病院便り】
多古中央病院の受付時間は午前11時30分までとなっています。それ以降は、医師も検査や手術などに対応できないこともあるため、受診前に、必ず確認の電話をお願いします。

☎(76)2211