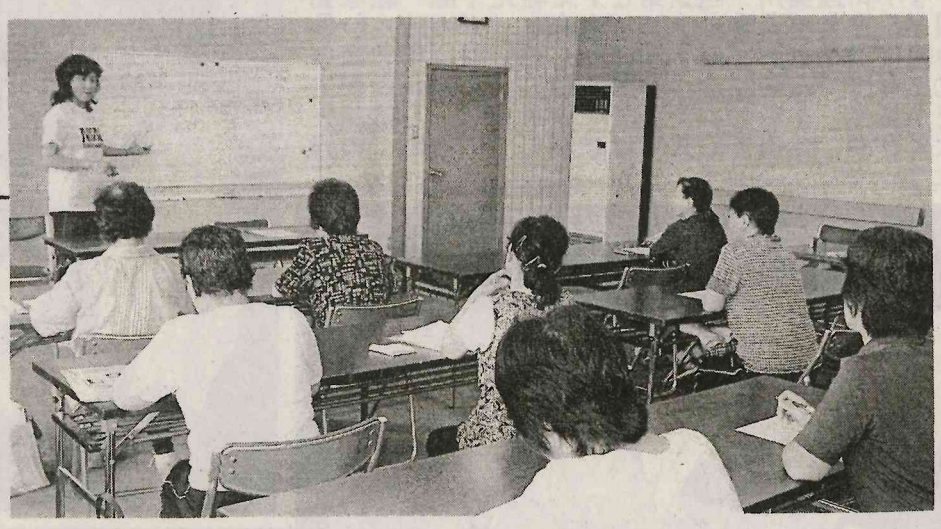
2013年（平成25年）8月 2日（金曜日）
（NO，11385） 先勝（旧 6月26日）
夕刊 矢祭
夕刊矢祭新聞社 日刊（日曜・祭日・第二・第四土曜休刊） 月額1,000円
矢祭町東舘字桃木町42-2 発行人 菊池正典 ☎46-3508 昭和57年12月6日第3種郵便物認可

バランスよく食べよう！
バイキング料理 実習を基にカロリー計算

病気と栄養（高脂肪・高エネルギー）講話
自分に合った運動とは？を学習



開催日の二十五日は、第三十回矢祭町村人発表会が開催されました。

今回は前日受付で、七月十八日に実施した。

「バランスよく食べよう！」のテーマで、エアロビクスインストラクター石引明美さん（有酸素運動）を講師に、心拍数算出方法、最高心拍数を年齢別に内容を深め、必要な量を学習した。

「病気と栄養（高脂肪・高エネルギー）講話」と題して、八月二日に第六回目の「自分に合った運動とは？」のテーマで、栄養士高田春江さんを講師に、食生活管理を確認し、摂取カロリーの計算献立表を作成し、バランスよく食べようの講話と、藤井・高田ペアによる「自分に合った運動とは？」の講話をした。

五日から各種健康診断開始

平成二十五年度特定健診及び各種がん検診

商工会青年部がつつじなど植樹の滝川渓谷入口を草刈整備作業

矢祭町商工会青年部（星昌綱部長）では、四月九日午後、滝川渓谷沿いの国道三号線の大石橋地区を植樹帯に施工した。

作業は、つつじなどの植樹と、草刈を一部の環境寄付活用を計画し、同地帯の緑化運動に協賛し、今年六月千本をエコポイントを目指す。

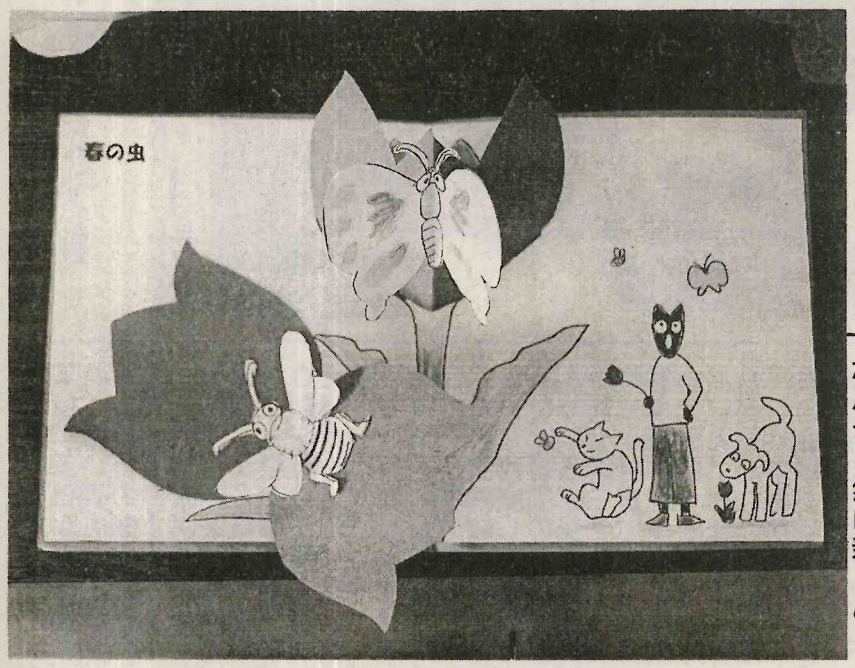
▼墨絵の会は、あす午後一時から町中央公民館で開く。

暑中お見舞い
申し上げます。
牛肉でスタミナつけて夏を乗り切りましょう
※あす三日は土用の二の丑の日です。
平成二十五年 盛夏
肉類 各種
柳屋精肉店
小室信重
東白川郡矢祭町東舘
電話（〇二四七）四六－二〇六二（代）

プレミアム麦焼酎 麦蔵屋
口にしなければ、何も語れない抜群の旨さ！
是非一度御賞味下さい
入荷しました！
八海山吟醸1.8L
獺祭 純米大吟醸 磨き三割九分1.8L
御中元用・贈答品に焼酎・清酒
缶ビールギフト大特価販売中
仏事返礼品等も承ります
ぷち SHOP 神子島酒店
もしもし46-2115

御喪家と同様のこころをもってご葬儀のお手伝いをいたします
家族葬・自宅葬等 自宅及び東白斎苑等の公設場所による葬儀施行
病院～自宅迄の搬送等 花環・生花・盛り籠・返礼品
さわや ☎46-2033（夜間も同様）

とびだすカードをつくろう！
手づくり絵本教室で工作実習



開催されたのは、香川さんの指導で実習に入った。

今回は、「春の虫」とのタイトルで、ミニチュアの本を模ツマ切り貼り題材を組み立てる工作型の技術伝授。

「春の虫」のストーリーをみて、チョウ、チョウ、チョウ