



野菜摂取量を見える化しませんか？

ベジメータ[®]測定会を開催します

SDGs GOAL 3 すべての人に健康と福祉を

指先をあてるだけで皮膚のカロテノイド量^{*}を測定し、日々の野菜摂取状況を「見える化」する機器「ベジメータ[®]」を活用した測定会を行います。

1日の野菜摂取目標量は350gです。この機会を活用して日頃の野菜摂取量を振り返り、今後の食生活に生かしましょう。

※カロテノイド量…野菜や果実に広く含まれる赤や黄色の色素の量



測定の流れ

- (1人5分程度)
- ①アンケートの記入
 - ②ベジメータ[®]測定
 - ③食生活改善推進員などによる結果説明とアドバイス

実施日程

(参加費無料)

月 日	時 間	場 所
10月23日(木)	午後2時～4時	市立図書館
10月25日(土)	午前9時～午後3時	アバッセたかた周辺 〔「産業まつり」イベント内にて開催〕
10月26日(日)		

問い合わせ先

市役所保健課健康推進係(内線236)



米崎保育園の子どもたちをお見逃しなく！

「たらりら 陸前高田バージョン」を放送します

SDGs GOAL 3 すべての人に健康と福祉を

SDGs GOAL 4 質の高い教育をみんなに

9月24日(木)、NHK盛岡放送局が制作している番組「いわてみんなのうた『たらりら』」の撮影が米崎保育園で行われました。「たらりら」は、アンダーパス！が作詞した、盛岡市を散歩しながら見える景色を歌った曲で、県内各市町村のご当地バージョンも作られています。米崎保育園の子どもたち32人が元気いっぱい踊る姿を、お見逃しなく！



放送番組

NHK 総合

- ①おばんですいわて ②いわてみんなのうた

放送日時

(予定)

- ①10月3日(金) 午後6時10分～
②10月7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火) 午前10時55分～

「大船渡市大規模林野火災災害義援金」へのご協力の御礼とご報告

市では、大船渡市大規模林野火災で被災した方々を支援するため、3月3日(月)から8月31日(日)まで、市役所のほか市内公共施設5カ所で義援金を受け付けました。

お寄せいただいた義援金の総額は**255万5,714円**となり、全額を大船渡市へお贈りしました。皆様の温かいご支援に心より感謝申し上げます。

一日も早い復旧・復興をお祈りするとともに、引き続き、市民の皆様とともに、被災した方々に寄り添いながら支援に努めてまいります。

問い合わせ先

市役所福祉課福祉係(内線211)



救急医療情報キットを配布します

SDGs GOAL 3 すべての人に健康と福祉を

市では、救急医療情報キットを次の対象世帯に配布します。

救急医療情報キットは、緊急連絡先や病気・症状、担当医、お薬情報などをあらかじめ記入し、自宅の冷蔵庫に入れておくことで、救急搬送時に急病者に関する情報を救急隊員に正確に伝えることができます。

対象

75歳以上のみの世帯(令和7年7月末時点)

※矢作町は、昨年度配布済みです。

配布方法

- ①市職員による訪問
- ②担当ケアマネジャーによる訪問(介護認定を受けている人のみ)

※順次訪問・配布となることから、配布までにお待ちいただくこともあります。

お急ぎの場合は、市地域包括支援センター窓口までお越しください。

救急キット
ゆめちゃん
ステッカー救急医療
情報キット

申し込み・問い合わせ先

市地域包括支援センター(内線219)

三陸ジオパークまち歩き

「たかたのジオさんぽ」の参加者を募集します

SDGs GOAL 11 住み続けられるまちづくりを

三陸ジオパーク推進協議会では、身近にあるジオパーク関連のスポットを認定ガイドが案内し、市内を歩いて楽しむまち歩きイベントを開催します。

いつもの見慣れた風景から、意外な発見があるかもしれません。「とっておきのまち歩き」には、どなたでも参加できます。

日 時：10月18日(土) 午後0時45分～4時(午後0時30分集合)

※少雨決行

集合場所：JR陸前高田駅前

定 員：先着15名(小学生以下は要保護者同伴)

コ ー ス：JR陸前高田駅前～まちの縁側～旧吉田家住宅主屋～気仙大橋～海を望む場～踏切跡～JR陸前高田駅前(解散)

持 ち 物：タオル・飲み物・歩きやすい服装・靴・その他、各自まち歩きに必要な物

参 加 料：無料

申込方法：①申し込みフォーム

②メール(件名を「ジオさんぽ申込」とし、info@sanriku-geo.com宛てに送信)

申込期限：10月13日(月・祝)

お申し込み
はこちら

問い合わせ先

三陸ジオパーク推進協議会(阿部) ☎0193(64)1230