

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
1/26	1/27	1/28	1/29	1/30	1/31	1
2	3	4	5 英	6 犬	7 P 近永・泉	8 古 近永
9 鬼北町人権のつどい	10	11 建国記念の日	12 英	13 犬 P 日吉	14 P 好藤・愛治・三島	15
16	17 5歳児健診	18	19 英	20 犬 人	21 P 近永・泉	22 古 好藤・愛治
23 天皇誕生日 きじ鍋まつり	24 振替休日	25	26 英	27 犬 P 日吉	28 P 好藤・愛治・三島	29

休日当番医

日	医院名・電話番号	
2	鎌野病院 ☎24-6611 くきた内科クリニック ☎26-2260	こおり小児科 ☎24-5633 篠原医院 ☎45-3370
9	小川クリニック ☎23-3599 木村内科医院 ☎24-0030	上田小児科・外科 ☎25-0100 市立吉田病院 ☎52-0611
11	ますだクリニック ☎23-6611 松浦内科医院 ☎23-1122	こばやし小児科 ☎23-1150 旭川荘南愛媛病院 ☎45-1101
16	植木整形外科 ☎22-0022 清家消化器内科クリニック ☎22-2266	やくしじこどもクリニック ☎24-1386 鬼北町国保三島診療所 ☎48-0074
23	しませ医院 ☎27-1888 清水内科・循環器内科 ☎22-1492	こばやし小児科 ☎23-1150 市立津島病院 ☎32-2011
24	上甲外科クリニック ☎25-5811 山下クリニック ☎22-5030	こおり小児科 ☎24-5633 町立北宇和病院 ☎45-3400

暦の上では立春を迎える2月。しかし、まだまだ寒さが厳しい季節です。このような時季に気を付けたいのが「ヒートショック」です。ヒートショックとは、気温の変化によって血圧が上下し、心臓や血管の疾患が起こることをいいます。

ヒートショックは冬場に暖房の効いたリビングから脱衣所に移動し、浴槽に入るときなどに起こります。10度以上の温度差がある場所は危険とされているため、お風呂以外でも温度変化のある場所には要注意です。

1日の終わりのリラックスタイムのお風呂ですが、一歩間違えば危険。体に負担の少ない入浴方法を心がけましょう。



今月の表紙

1月12日に行われた「令和2年子泣かし天狗祭」。泣き叫ぶ子どもや、驚きのあまりに目が点になっている子どもなど、天狗を前に子どもたちはさまざまな反応を見せていました。

人口と世帯数 12月31日現在

人口 10,179人 (-7)  
 男性 4,753人 (-2)  
 女性 5,426人 (-5)  
 世帯数 5,011世帯 (+9)

※( )は前月比です。

CONTENTS\_ 目次

- 002 | PICK UP 令和2年鬼北町成人式
- 003 | PICK UP 令和2年子泣かし天狗祭
- 004 | ぐらしのカレンダー
- 005 | Info 空き家活用住宅への入居者を募集します!
- 006 | 令和2年度町県民税申告相談
- 007 | 鬼北町人事行政の運営等の状況について
- 010 | 鬼北町議会12月定例会
- 014 | まちのニュース
- 016 | Information
- 018 | まちのアルバム
- 020 | コラムの広場
- 022 | きほくのまち人探訪・戸籍の窓
- 023 | Happy Birthday
- 024 | ほくほく鬼北家族の絆  
健康づくり応援レシピ