

日	月	火	水	木	金	土
<p>2022 </p> <p>新しい年が素晴らしい1年でありますよう お祈りいたします</p> <p>1月は「ひめのもち普及月間」ですよ!</p> 						<p>1 元日</p> <p>◆休日担当医◆ 落合病院(落合) 52-1133 近藤病院(勝山) 44-2671</p>
<p>2 成人式 新春ジョギング大会 ◆休日担当医◆ 中山病院(久世) 42-0371 湯原温泉病院(湯原) 62-2221</p>	<p>3 ◆休日担当医◆ 金田病院(落合) 52-1191 勝山病院(勝山) 44-3161</p>	<p>4 すくすくカフェ 医療バス(野土路)</p>	<p>5 保育はじめ スマイルサロン 医療バス(大所) 配食</p>	<p>6 スマトレ教室 (午前・午後・夜)</p>	<p>7 小中学校始業式 中学校 課題・実力テスト 医療バス(田浪) 配食</p>	<p>8 ジュニアスポーツ</p>
<p>内科 歯科 休診</p>		<p>保育所 休み</p>		燃えるごみ	燃えるごみ	燃えるごみ
<p>9 ◆休日担当医◆ 勝山病院(勝山) 44-3161 まつうら医院(久世) 42-5686</p>	<p>10 成人の日 ◆休日担当医◆ 近藤病院(勝山) 44-2671 高田医院(落合) 52-2233 イケヤ医院(久世) 42-0122</p>	<p>11 人権行政相談 保小業間遊び 医療バス(野土路)</p>	<p>12 朝学習ボランティア 小中学校 PTA本部役員会 鍛冶屋サロン ものづくりサロン 医療バス(大所) 配食</p>	<p>13 スマトレ教室 (午前・午後) 中学校 1・2年生参観日</p>	<p>14 英会話教室 医療バス(田浪) 配食</p>	<p>15 ジュニアスポーツ</p>
燃えるごみ		燃えるごみ		ビン類	燃えるごみ	燃えるごみ
<p>16 ◆休日担当医◆ 金田病院(落合) 52-1191 中井医院(勝山) 44-4848</p>	<p>17 配食</p>	<p>18 すくすく広場 医療バス(野土路)</p>	<p>19 朝学習ボランティア スマイルサロン ものづくりサロン 医療バス(大所) 配食</p>	<p>20 スマトレ教室 (午前・午後・夜)</p>	<p>21 英会話教室 保育所フリー参観日 卒園記念行事 医療バス(田浪) 配食</p>	<p>22 ジュニアスポーツ</p>
北部持ち込み日	新聞・雑誌等	燃えるごみ	カン類	陶器類・蛍光管・電池	燃えるごみ	燃えるごみ
<p>23 ◆休日担当医◆ 湯原温泉病院(湯原) 62-2221 廣恵医院(北房) 0866-52-5020</p>	<p>24 配食</p>	<p>25 医療バス(野土路)</p>	<p>26 朝学習ボランティア 鍛冶屋サロン ものづくりサロン 医療バス(大所) 配食</p>	<p>27 スマトレ教室 (午前・午後) 小学校避難訓練 中学校 大山スキー教室 私立1期入試</p>	<p>28 英会話教室 小学校 全校スキー教室 医療バス(田浪) 配食</p>	<p>29 すくすく土曜日 ジュニアスポーツ</p>
燃えるごみ		燃えるごみ	ペットボトル	金属類・小型家電	燃えるごみ	燃えるごみ
<p>30 ◆休日担当医◆ 落合病院(落合) 52-1133 金田病院(落合) 52-1191 宮島医院(勝山) 44-2403</p>	<p>31 国保税・村県民税 後期高齢者保険料 介護保険料納期限 配食</p>	<p>◆七草は日本のハーブ◆ 七草がゆを食べよう 七草がゆは、1月7日の朝に一年の無病息災を願って食べられます。また、お正月のごちそうで弱った胃をいたわるためとも言われています。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>セリ</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>スズナ</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>ゴギョウ</p>  </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;"> <p>ナズナ</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>スズシロ</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>ハコベラ</p>  </div> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>				

セリ

高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病に効果あり。

スズシロ

(だいこん)
辛味成分は食欲を増進させるほか、発がんの抑制効果があるとされている。

スズナ

(かぶ)
根には消化酵素が含まれているので、ご飯の消化を助け、胃もたれも解消。

ナズナ

(ぺんぺん草)
血圧を下げる作用あり。鉄分・マンガンが含まれているので、貧血にも効果的。

ゴギョウ

(ハハコグサ)
たんぱく質・ミネラルが豊富。扁桃炎や胃炎をおさえてくれる。

ハコベラ

(ハコベ)
たんぱく質・ミネラルが豊富で整腸作用あり。古くから薬草として親しまれている。

ホトケノザ

(コオニタビラコ)
健胃・整腸作用あり。高血圧の予防にも。