

# 住民だより

# 7月

■6月15日～7月14日の届出 ■〈敬称略〉

●出生・転入・転居は14日以内に死亡は7日以内に届出を

## 出生おめでとう

氏名	父の名	母の名	区名
佐久希衣	大宜	さやか	富里
むかえ 迎 颯人	弘樹	陽子	立沢
こいけ 池 來 心	大輔	ありさ	立沢
くぼた 久保田 惟斗	健斗	彩子	富士見
なか 中 澤 旭	雄	友紀	富士見

## おくやみ申し上げます

氏名	年齢	世帯主	区名
五味 昭二	91	昭二	富里
河角 一	92	一	木之間
平出 幸子	88	光	富里
窪田 久子	98	今朝一	富士見
小林 寛基	33	廣士	木之間
小平 金	92	龍秋	桜ヶ丘
武藤 和夫	90	和夫	池袋
三井 勝郎	92	惠一	大平
小松 郁子	88	郁子	栗生

※住民だよりは届出者の希望により掲載させていただきます。

### 諏訪地区小児夜間急病センター〈年中無休〉

■診療時間：午後7時～午後9時 ■診療科目：小児科 15歳以下  
 諏訪市四賀2299-1(平安堂諏訪店駐車場・かつば寿司の奥) ☎54-4699

## こんにちは

◆地域包括支援センター  
☎62-8200

## 地域包括支援センターです

### “におい”意識していますか？

日々の生活の中で、ほとんどの方が意識せずにさまざまなにおいを感じているのではないのでしょうか。年を重ねてくると嗅覚は徐々に衰えてきます。においを感じなくなると、食べ物を食べても味を感じにくく、鍋を焦がしてしまった際にも気づかないこともあります。では、低下してしまった嗅覚はもう戻らないのでしょうか。

#### ●嗅覚は改善することができる

「身の回りのにおいを、何のどのようなにおいなのか意識して嗅ぐようにすること」で、嗅覚を鍛えることができます。たとえば、食事のときに「おいしい煮物のにおい」、散歩をしながら「バラの甘い、いい香り」などと頭の中で言葉に表現しながら、においを感じるようにしましょう。

#### ●嗅覚を鍛えると脳が活性化され認知症の予防が期待できる

最近の研究で、においが脳の記憶や感情を機能させる部分を直接刺激することが分かっています。アルツハイマー型認知症の初期には、においが分からなくなることが多いとも報告されています。

意識してにおいを感じると、普段の生活も香り豊かなものになります。鼻の病気でにおいを感じなくなることもありますので、心配な場合は耳鼻科にかかりましょう。

## 8月の納税等

町県民税／国民健康保険料／後期高齢者医療保険料  
 保育料／住宅使用料／有線放送使用料

納期限・振替日は8月31日(金)です

※毎週火曜日は午後7時まで夜間納税窓口を開設しています。ご利用ください。

☎ 財務課 収納係 ☎62-9123

## 親と子の健康ガイド

## 8月 (8月11日～9月10日)

☎ 住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134

### ◆健康診査

事業名	対象児	期日	開始時間	会場
4ヵ月児健診	平成30年4月生まれ	8月30日(木)	12:45	保健センター
7ヵ月児健診	平成29年12月生まれ		13:10	
10ヵ月児健診	平成29年9月生まれ		13:30	
3歳児健診	平成27年7月生まれ	8月23日(木)	12:45	
	平成27年8月生まれ		13:00	

### ◆相談・教室

事業名	期日	受付時間	会場
乳幼児相談	8月28日(火)	9:30～10:30	保健センター