

学び舎通信

町内小中学校の情報を毎月お届けします

2月号



第2次健康増進計画「みんなの健康づくり計画」の紹介
その⑥「糖尿病・循環器疾患」編

すこやかコラム

「糖尿病・循環器疾患」分野の取り組みを紹介いたします。

糖尿病は、循環器疾患のリスクを高め、合併症を併発することにより、生活の質に多大な影響を及ぼします。

また、心疾患と脳血管疾患などの循環器疾患は、がんと並んで本町の三大死因です。糖尿病、循環器疾患の発症予防、重症化予防が必要です。

【大河原町の現状】

◆特定健康診査受診率・特定保健指導実施率が目標値より下回っています。

平成24年度の特定健康診査の受診率は43.7%、特定保健指導の実施率は8.3%で、第1次健康増進計画の目標値の受診率65%、実施率25%を下回っています。

◆メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者は、受診者の20.0%、

予備群該当者は9.4%となっております。

特定健康診査などによる健康状態の把握、発症及び重症化予防のための生活習慣改善が重要です。また、**メタボリックシンドローム予備群・該当者の減少**のために特定保健指導実施が必要となります。

【取り組み】

食生活や運動など生活習慣を改善して病気を予防する一次予防に重点を置き、有病者の増加を抑制します。また、有病者が治療を継続して良好な健康状態を維持することを目指します。

家庭では、以下の取り組みをお願いします。

- ① 1日3回の規則正しい食生活や日常における運動習慣を身につける。
- ② 禁煙する。

③ 健診を定期的に受診し、保健指導の対象となった場合は積極的に受ける。

④ 糖尿病・循環器疾患有病者は適切な治療を受け、重症化を防ぐために治療を継続する。

なお、今月号の「広報おがわら」と一緒に「みんなの健康づくり計画 概要版」を全戸配布しています。ぜひ健康づくりの参考にしてください。

また、ホームページでも公開していますので、こちらもご利用ください。

メタボリックシンドローム予備群・該当者とは

腹囲が男性85㎝、女性が90㎝以上で、高血糖、高血圧、脂質異常のうち1つ以上の項目に該当する場合「予備群」、2つ以上該当する場合「該当者」といいます。

健康福祉課健康推進係 531-2115



筆先に新年の決意を込めて

現在、校内で「書初め展」を実施中です。作品は各学級の廊下に掲示され、生徒は休み時間などに連れだってお互いの作品を鑑賞しています。

入賞作品は柴田地区審査会に出展される予定です。また、作品はDVDに編集し、希望される保護者のかたに貸し出したいと考えています。

生徒の個性あふれる作品をぜひご覧いただきたいと思ひます。



「日本の伝統文化」を感じた冬休み

冬休みの課題「日本の伝統文化調べ」が、1年生教室前廊下に掲示されています。

年末年始は、おせち料理やカルタ、初日の出、初詣、年賀状など日本の伝統を感じる風物詩がたくさんあります。生徒は課題に取り組むことで、日常生活スタイルが変化するなかでも伝統がさまざまな継承されていることに気付いたようです。毎年行っている「書きぞめ」も、いつも以上に、新しい年に向けた思いが込められた力作になっています。

伝統文化を受け継ぐ
年末年始は日本の伝統に触れる機会が多い時期。各学校でもさまざまな学習が行われています。



大小

日本の文化と伝統を大切に

12月5日と10日の二日にわたり、3年生が道徳の授業で「わが国に伝わる伝統や文化のよさを知り大切にしていこうとする心情を育む」ために、「ふるしき」の学習をしました。

当日は金ヶ瀬在住の角田真由美さんをゲストティーチャーにお招きして、ふるしきの由来やさまざまな包みかたを始め、包むという行為には「ものを大切に心を込めて扱う」という思いが込められていることを学びました。



南小

八の字跳びで体づくり

毎日「走れ南小」と題して持久走に取り組んでいる南小では、長縄跳びにもチャレンジし、体力向上を図っています。県教育委員会で実施している「元気アップみやぎっ子！『web』長なわ八の字跳び大会」での新記録登録を目指し、体育の授業や休み時間を使って学級ごとに練習しているところです。教え合い、励まし合いながら、目標達成に向けて頑張っています！



全小

力作ぞろい！書きぞめ展

1月16日から20日まで、校内書きぞめ展を行いました。

校舎3階のポプラホールを会場に全員の作品を展示し、期間中は皆さんの保護者の皆さんに見ていただきました。児童は頑張って仕上げた作品を見てもらい、満足そうにいました。

なお、金賞を受賞した作品は、柴田地区の審査会に出品されます。

教育委員会からのお知らせ

— 小学校児童の議会見学 —
12月16日と17日、町内小学校の6年生児童約200人が、町議会の12月会議本会議を傍聴体験しました。
この日は一般質問が行われ、12人の議員が町への質問に立ちました。児童は初めて入る議事堂の厳粛な雰囲気に対し緊張したようすが見られ、議員と町長や町職員との間で議論が始まると、真剣な表情で聞き入っていました。
傍聴を終えた児童は、「難しい言葉が多かったけれど、みんな町のことを真面目に考えているのが分かった」「お互い意見が違っても言いたいことが言えるのはすごい」などお互いの感想を話し合っていました。



教育総務課
531-2742