

健康 だより

【執筆者】
保健福祉課健康推進係
保健師 中市 拓磨



「健康が“当たり前”であるために」

「健康は第一の富である」これはアメリカの哲学者エマーソンの言葉です。みなさんは今までこれほどまでに健康に価値を感じたことはありますか？多くの方にとっての答えは「NO」だと思えます。私もそうです。「今が健康であり、それが普通であるから」と。数年前に厚生労働省が実施した国民生活基礎調査では、80%以上の国民が自身の健康状態について「ふつう～良い」、65%近くが健康とは「病気がないこと」と回答しています。このように健康と考える方は多い一方で、病気になるまいと健康について考える機会は少ないのかもしれませんが、では、「病気がないこと」を確認する機会はいつなのでしょう。その答えは健（検）診です。

現在の日本では、生活習慣病に罹患する方が多く、2人に1人がガンとなり、死因の第一位としてここ40年以上揺るぎません。これらの病気は自覚症状が

ないまま進行することも多いため、年に一回の健診を受けることが非常に重要となります。自論ですが、「当たり前健康な人」は「当たり前健診を受け、自身の状態を確認できている人」だと思えます。一見当然のように思えることでも、その裏には当たり前を維持するための努力や手間が隠れています。

猿払村では特定健診・基本健診・後期高齢者健診に加えてガン検診も併せて受けることができます。健康に関心のある方は保健福祉課（TEL:2-2040）までご連絡ください。

集団健診	会場	猿払村保健福祉総合センター
	日付	令和6年5月12日（日）～13日（月）
個別健診	会場	猿払村国民健康保険病院 旭川がん検診センター
	日付	令和6年4月1日（月）～ 令和7年2月28日（金）

今月の あたのしみ

先月号の
答え

- ①雪だるまの枝
- ②雪だるまの鼻
- ③雪だるまの口
- ④雪だるまのボタン
- ⑤ピンク猫のバケツ
- ⑥ピンク猫の足
- ⑦赤猫の帽子
- ⑧オレンジ猫のしっぽ

まちがいさがし みぎとひだりのえから まちがいを8こさがしてね



2月24日（土） 場 スポーツセンター 元プロ選手から学ぶ貴重な体験

北海道コンサドーレ札幌の元プロサッカー選手である河合 竜二さんと濱 大耀さんをコーチとして迎えて、開村100周年記念事業・小中学生サッカー教室が開催され、たくさんの子どもたちが参加しました。

サッカー練習の最後には河合さん・濱さんと紅白戦を行い、ときおり見せる元プロ選手の技に子どもたちの目が輝き、大歓声が沸き上がりました。



2月21日（水） 場 総合管理センター横 寒さに負けない！冬のお祭りを堪能

浜鬼志別自治会によるはまおに冬そり祭りが開催され、大きな雪の滑り台をチューブで滑ったり、お菓子まきに参加するなど子どもたちが楽しみました。

滑り台は、国土開発工業株式会社様（猿払村）と株式会社福永産業様（猿払村）が造成し、村より感謝状が贈呈されました。また、イベントで使用するテントを北開建設株式会社様（浜頓別）が寄贈したことに対し、自治会と村より感謝状が贈呈されました。



3月3日（日） 場 保健センター 本格和菓子を手作り

天北の長寿焼きサークルの皆さんを講師に迎え、3月にぴったりな和菓子「さくら餅」と「うぐいす餅」をつくりました。この教室は以前鬼志別にあった藤田商店のレシピを基に実施しており、今年は3年ぶりに開催することができました。生地を練る、あんこがはみ出ないように包むなど、細かい作業が多くありますが、グループごとに協力しながら、きれいな和菓子を完成させていました。



3月1日（金） 場 役場 地域農業への多大な貢献に感謝

芦野に在住の安彦隆さんが、指導農業士知事感謝状を受賞しました。これは、指導農業士の長年の活動や地域農業への多大な貢献を表して贈られました。安彦さんは、村の新規就農受入推進協議会の会長などを歴任し、地域の担い手育成・確保に尽力したほか、協議会で新規就農セミナーや研修生の受け入れ体制整備を行い、参加者や酪農研修生が酪農ヘルパーや農場従業員として猿払村に定住する流れを創出するなど、地域農業の発展に多大な貢献をされました。