

◆◆◆いきいき健康通信◆◆◆

健診の結果が教えてくれるもの

7月に実施しました特定健診は、体重、身長、血圧、医師診察、血液検査などの検査で生活習慣病の有無や進行を確認できる健診です。

生活習慣病は肥満だけでなく、食事の偏りや体質も原因となります。生活習慣病を放置しておく、脳梗塞や心筋梗塞、糖尿病合併症、慢性腎臓病などの健康障害を起こす段階へ進行するので、その前に予防したいものです。

■検査データは「食べた物」でつくられる

毎日一緒に生活して同じような物を食べている家族でも、異常となる健診結果は一人一人違います。また、体質や年齢、食べる量や調味料の使い方、飲酒や喫煙、仕事や運動量など生活が違いため、健診結果の数値も一人一人異なります。

健診結果の数値が正常範囲より高値または高めの場合は、食事の何かを多めにとりすぎている状態です。

人の体は、毎日口から入る食べ物によってつくられます。私たちは、日々忙しい生活の中で、体に良いものや健康に良いといわれたと、買っても口にしようとする努力をします。また、おいしいものや好きな食べ物でも、とりすぎれば栄養過多となり脂肪や血液にたまり異常値を示す結果になります。

■健診結果通知の配布と読み取りの予定

異常値を示すデータと関連している食べ物は何かという読み取りがとてとても大事です。

今まで各地区で行っていた健診結果通知書の配布と健診結果の読み取りを本年度は、検査データと食生活などの関連は世帯ごとの食べ物に深く影響していることや個人差があることから、各世帯に保健師や管理栄養士がお伺いして説明を行います。

なお、「健診結果通知書」は、8月下旬に自宅に郵送しますので、検査データの数値を昨年と比較してみてください。

(文：村住民福祉課 村山保健師)

法務局のフリーダイヤル
法務局では、被災した方からの不動産や会社などの登記に関する相談を受けるため、フリーダイヤルを開設しています。
フリーダイヤル ☎012-01227-746
受付時間 平日：午前8時30分～午後5時15分/休日：午前9時～午後4時
■問い合わせ 福島県方法務局総務課 ☎0241534-1983

募集
第21回鮫川村民ゴルフ大会参加者募集
主催 鮫川村体育協会
日時 9月9日(日)午前8時～
場所 ガーデンパレイカン トリクラブ(浅川町)
参加対象 村内在住の方、村出身者および村内事業所勤務者
参加費 1人2000円

(参加費は申込時に納入し、キャンセルしても返納されません)
①食事費、セルフレイ方式②ボールはオールノータッチ③順位の決定は同ネット者が複数の場合、ハンディの少ない方を上位とし、複数の場合は年長者を上位とします。
申し込み 8月31日(金)までに村教育委員会教育課

へ申し込んでください。
■問い合わせ 村教育委員会教育課 ☎4913151
第6回市町村対抗福島県軟式野球大会出場選手募集
9月8日(土)から開催予定の「第6回市町村対抗福島県市町村対抗野球大会」の鮫川村チームの選手を募集します。
参加条件 平成24年4月1日現在で、村内に住所がある社会人または村外在

保健
住者で鮫川中学校を卒業している社会人
募集期限 8月10日(金)
募集人員 25人 ※定員を超えた場合は応募者の中から選考します。
申し込み 住所、氏名、生年月日、村教育委員会教育課までご連絡ください。
■問い合わせ 村教育委員会教育課生涯学習係 ☎4913151

大腸がん検査容器の回収にご協力ください
住民総合健診の際に、大腸がん検査を受けられなかった方は、大腸がん検査容器を回収しますので、ご協力をお願いします。なお、大腸がん無料クーポン券対象者は、11月上旬に実施予定の追加検査を受診することができま。

回収期限 8月31日(金)
回収場所・問い合わせ 村住民福祉課健康係 ☎4913112

県民スポーツ大会
県南大会が村内で開催
県民スポーツ大会県南大会が鮫川村を会場に開催されます。本村のソフトボールチームも出場する予定ですので、村民の皆さんの声援をお願いします。
開催日 8月19日(日)
会場 壮年ソフトボール：青少年広場/卓球、バドミントン：農業者トレーニングセンター/ソフトテニス：青少年広場/家庭パレール：鮫川中学校体育館

村内
■問い合わせ 村教育委員会教育課 ☎4913151
診療所はお盆期間休診します
村国保診療所は、お盆期間の8月13日(月)から15日(水)まで休診になります。定期的に薬を処方されている方は早めに問い合わせください。なお、通常の村国保診療所の診療時間などは次のとおりです。
診療日 火曜日・金曜日(土、日、月曜日は休診です)
診療時間 午前8時30分～正午/午後1時30分～午後5時
■問い合わせ 村国保診療所 ☎4912028

ふくしま大卒 合同就職面接会の開催
新規大学などを卒業予定の方、平成22年3月以降に卒業して、現在就職活動をしている方を対象に、正社員で雇用する計画のある県内企業との面接会を開催します。
開催日 8月20日(月)
会場 ビッグパレットふくしま(郡山市)
内容 ①就職支援セミナー：午前11時～正午/②合同就職面接会：午後1時～午後4時
その他 ①事前申し込み不要/②事業所人事担当者との個別面接や安定期などの各機関による職業相談、情報提供など

歯の日
防災無線でむし歯予防を呼びかけます。8月の担当は 鮫川幼稚園
藤森 涼平くん
水野谷花菜ちゃん
中川西陽来ちゃん
藤田 悠貴くん(左から)



■電話番号

鮫川村役場 (代表・総務課)
☎ 0247-49-3111
FAX 0247-49-2651

| | |
|---------|---------|
| 住民福祉課 | |
| 健康係 | 49-3112 |
| 住民係・福祉係 | 49-3113 |
| 農林課 | 49-3114 |
| 企画調整課 | 49-3115 |
| 地域整備課 | |
| 建設係 | 49-3116 |
| 環境係 | 49-3196 |
| 農業委員会 | 49-3197 |
| 議会事務局 | 49-3198 |
| 出納室 | 49-3199 |

【その他の機関】

| | |
|------------------|---------|
| 教育委員会 | 49-3151 |
| 図書館(歴史民俗資料館内) | 49-3106 |
| 農業者トレーニングセンター | 49-3295 |
| 学校給食センター | 49-2113 |
| こどもセンター(保育園・幼稚園) | 29-1010 |
| 国保診療所 | 49-2028 |
| ほっとはうす・さめがわ | 48-2555 |
| 手・まめ・館 | 49-2556 |
| 山王の里 | 48-2848 |

■鮫川村公式ホームページ
http://www.vill.samegawa.fukushima.jp/

■問い合わせ 福島労働局職業安定課 ☎024152915396
をを行います。
記録・帳簿などの保存制度の対象者が拡大
個人の白色申告者のうち前々年分あるいは前年分の事業所得、不動産所得または山林所得の合計額300万円を超える方に必要とされていた記帳と帳簿書類の保存が、これらの所得を生ずるべき業務を行う全の方(所得税申告の必要の方も含む)について、平成26年1月から同様に必要となります。詳細は、国税庁ホームページに掲載されていますので、ご覧ください。

■今月の納税
固定資産税：第3期
国民健康保険税：第3期
介護保険料：第3期
※納期限：8月31日(金)

お誕生

6月届け出分・敬称略



お名前 水野 紘希・男
平 24.5.25 生
住所…水口
保護者…至・幸枝



お名前 土手内 歩美・女
平 24.5.31 生
住所…江堀
保護者…進・桃香



お名前 中川西 杏未・女
平 24.6.12 生
住所…森ノ前
保護者…悠・ミユキ

おく
やみ

6月届け出分・敬称略

| 住所 | 氏名 | 月日 | 年齢 |
|-----|-------|------|-----|
| 前沼 | 青戸 芳夫 | 5.31 | 79歳 |
| 田野上 | 下重 桂子 | 6.8 | 73歳 |
| 伏木田 | 鈴木 幸男 | 6.14 | 81歳 |
| 岫長 | 矢吹 モト | 6.20 | 87歳 |
| 広畑 | 矢吹 邦廣 | 6.21 | 92歳 |
| 取上 | 園井チヨノ | 6.20 | 77歳 |
| 楢久保 | 森 ヨシイ | 6.26 | 85歳 |

人の
動き

7/1 現在・（ ）は前月比

| | | |
|----|--------|------|
| 人口 | 4,034人 | (-3) |
| 男 | 2,008人 | (-4) |
| 女 | 2,026人 | (+1) |
| 世帯 | 1,165戸 | (+1) |

寄付
寄贈

6月受理分・敬称略

- 社会福祉事業のために[金員]…青戸慎美(前沼)鈴木信廣(静岡原)矢吹静(岫長)園井正男(取上)矢吹宏(郡山市)鈴木啓寿(藏平)森孝男(楢久保)
- ひだまり荘に…[タオル]鮫川村商工会女性部長・早川敏子[ゴミ入れ]水野博和(広畑)

※お誕生・おくやみ・寄付欄への掲載を希望されない方は、届け出の際に申し出てください。

●編/集/後/記

■今月号で「広報さめがわ」は700号を迎えました。それに伴い、紙面をリニューアルしました。また、表紙の題字は、4ページに登場した宗田めぐみさんのデザインです。■これからも皆さんの協力を得ながら、皆さんと一緒に「広報さめがわ」をつくっていきたいと思います。(前田)

暮らしのカレンダー

☉=休日当番医 [歴]=歴史民俗資料館 [公]=公民館 [図]=図書館 [保]=保健センター [トレセン]=農業者トレーニングセンター [ほ] =ほっとはうす・さめがわ [こ]=こどもセンター

| 日 | 月 |
|--|---|
| 5 | 6 |
| ☉ あらまちクリニック(棚倉町) ☎ 33-8018 第1日曜日は環境美化の日 | ●図書館臨時開館 ●トレセン臨時開館 |
| 12 | 13 |
| ☉ 和田医院(棚倉町) ☎ 33-2012 | ●図書館休館日 ●トレセン休館日 |
| 19 | 20 |
| ☉ 東館診療所(矢祭町) ☎ 46-3165 ●県民スポーツ大会県南大会…8:20～ ●親子読書教室…10:00～[歴] | ●図書館臨時開館 ●トレセン臨時開館 ●3～4か月児健診・BCG接種・お母さんの口腔健康相談…13:30～/楢厚生病院 ●心配ごと相談…13:00～15:00[公] |
| 26 | 27 |
| ☉ 大木医院(棚倉町) ☎ 33-2424 ●バレーボール交流大会…8:30～[トレセン] | ●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●幼稚園、各小中学校始業式 |
| 2 | 3 |
| ☉ 金澤医院(矢祭町) ☎ 46-2312 第1日曜日は環境美化の日 | ●図書館休館日 ●トレセン休館日 |

| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--|---|---|-----------------|
| | 8/1 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●やまゆり保育室[こ] ●夏休み森林教室…8:45～/棚倉町 | 2 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) | 3 ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●大豆・じゅうねん栽培者研修会 | 4 ●小童まつり |
| 7 | 8 歳の日 | 9 | 10 | 11 |
| ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●福島大学人形劇部夏季巡回公演…10:00～[こ] | ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●やまゆり乳児室[こ] ●おはなしの森…15:30～/プレイ校舎 | ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) | ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] | 第3土曜日は家族一緒に読書の日 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●図書館臨時休館日 ●トレセン臨時休館日 | ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●鮫川花火大会 | ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) | | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] | ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●日常生活訓練事業(やまぶきの会)…10:00～15:00[保] ●おはなしの森…15:30～/プレイ校舎 | ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] | | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | 9/1 |
| ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●1歳6か月児健診・3歳児健診…13:30～[保] | ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●おはなしの森…15:30～/プレイ校舎 | ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] | ●村民税などの納期限 | |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 歳の日 |
| ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●ポリオ投与 ●やまゆり保育室[こ] | ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] | ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) | ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] | |