

健康
だより

宇美町は「高血圧ゼロのまち」を目指しています！
血圧を学ぼう！⑨

健康福祉課 健康長寿係
☎ 934-2243
FAX 933-7512(代)

▶高血圧とされる基準

- ・収縮期血圧(最高血圧)が140mmHg以上
- ・拡張期血圧(最低血圧)が90mmHg以上

高血圧

高血圧は、心臓病や脳卒中などの生活習慣病を引き起こす可能性を高めます。
町では、このような生活習慣病を予防するために、以下のテーマで、6つの取組を行っています。



日本高血圧学会
増カリウムイメージキャラクター
カリ菜ちゃん

血圧を学ぶまち
～高血圧を知らない人ゼロのまち～

- 1.高血圧基準と塩分摂取基準を知らない人ゼロ
- 2.自己の血圧を知らない人ゼロ
- 3.自己の塩分摂取量を知らない人ゼロ
- 4.Ⅲ度高血圧者ゼロ
- 5.Ⅱ度以上高血圧未治療者ゼロ
- 6.Ⅱ度以上高血圧者への保健指導未実施ゼロ



©2017日本高血圧学会
減塩イメージキャラクター
良塩(よしお)くん

▶自身の1日推定塩分・カリウム摂取量を知りましょう

今年度の健康診査から、自己の1日推定塩分・カリウム摂取量を調べる検査を追加しました。
ご自身の摂取量を知り、減塩を心がける食生活を送ることで、高血圧を予防しましょう。
町ホームページでも、高血圧に関する情報を掲載していますので、ご覧ください。

図書館
だより

町立図書館
☎932-0600
FAX932-0631

◆雑誌スポンサー随時
募集中

詳しくは、図書館に
お問い合わせください。

企画展「郷土の画家の作品展」

町出身の故郷代駿さん、町在住の岩崎ヨシ子さん、人見春雄さん、横山佳美さん、木下民子さんの作品を展示します。

▶期間 9月12日(日)～10月31日(日) ▶場所 うみ・みらい館展示コーナー

◆ブックリスト「秋号」配布中

ブックリストの「秋号」を図書館で配布しています。ホームページでもご覧になれます。

図書館読書まつりのお知らせ

10月23日(土)、24日(日)に「図書館読書まつり」を開催します。
今年度も「ブックリサイクル」は、新型コロナウイルス感染拡大防止策を講じたうえで、9月末
から「図書館読書まつり」まで行います。雑誌によって提供日が決まっていますので、詳細は、
館内掲示または町立図書館ホームページをご覧ください。

▶期間 9月30日(木)～10月24日(日) ▶場所 館内コリドール側(道路側)
児童コーナー

※持ち帰り用の袋は、各自お持ちください。「図書館読書まつり」の詳細は、次号でお知らせします。

10月の特集コーナー

●一般書コーナー

テーマ「本で巡る食い倒れの旅」
『働く女子に明日は来る！』中澤日菜子／著 小学館

●YAコーナー

テーマ「本で巡る食い倒れの旅」
『風味「さんじゅうまる」』まはら三桃／著 講談社

●児童書コーナー

テーマ「おいしい本、いただきまーす♪」
『干し柿』西村豊／写真・文 あかね書房



宇美町



問

環境農林課 環境衛生係
☎932-1111(代)
FAX933-7512(代)

エコトックで、世界各国が地球温暖化対策を真剣に進めないと今世紀末頃には平均気温が産業革命時に比べて4.8℃上昇し、地球上で生息する多くの生物の存続自体が危ぶまれる事態になることをお伝えしていますが、本年7月に国立環境研究所などの研究チームから「孫は祖父母が遭遇しないような暑い日と大雨を何度経験するのか？」の予測が発表されました。

東南アジア・中央アフリカ・南米大陸北西部では大雨は5回以上、高温の日は1000日以上経験する見込みとのこと。この赤道付近の国々では地球温暖化物質の排出量が比較的少ないのに甚大な影響を受ける不公平さが指摘されています。

文責 福岡県地球温暖化防止
活動推進員 竹吉 栄隆

eco

不用品を有効活用して、資源の節約とごみの減量に取り組みましょう！

いきリサイクル情報

問い合わせ先

環境農林課 環境衛生係
☎932-1111(代) FAX933-7512(代)

不要品を有効に活用して、資源の節約とごみの減量に取り組みましょう！

ゆずってください

- 新生児用肌着、ロンパース、カバーオール(0歳児50～70cm、女児用)
- ベビーベッド

ゆずります

- ベビーカー
(マフール4WF 790 マルチフードトリプルA型、メーカー：アップリカ、色：ノークグレー、6年前のお下がり)
- 幼児 昼寝用布団
(掛布団・敷布団、掛布団のカバーなし)
- チャイルドシート
(メーカー：コンビ、サイズ：約50cm×約50cm×約70cm、状態：古い汚れは少ない)

【申し込みできる方】

町内在住者

(営利目的の方や団体、18才未満の方を除く)

「ゆずってください」「ゆずります」掲載希望の方は、申込書に必要事項を記入のうえ、9月24日(金)までに環境農林課までお申し込みください。写真(画像データ)を提供いただければ、町ホームページに掲載します。申込書は、窓口で配布しているほか、町ホームページからもダウンロードできます。

なお、「ゆずります」の品の譲受けについて、申込者多数の場合は9月24日(金)締切後に抽選を行い、9月30日(木)までに当選者に対してのみ電話で連絡します。

品物の詳しい情報が知りたい方は、環境農林課にお問い合わせください。