

健康
だより

減らせ医療費、減塩で！

(執筆 粕屋南病院 玉井 収)

問い合わせ先
健康福祉課 健康長寿係
☎ 934-2243
FAX 933-7512(代)

宇美町は「血圧を学ぶまち」としてモデルタウンとなり、日本高血圧学会と厚生労働省が宇美町を支援しています。

宇美町は福岡県内で1番！さて、何の事でしょうか？実は、宇美町は後期高齢者一人当たりの医療費が福岡県内ではずっと1番なのです。健康維持のためには、一定の医療費はかかるので、必ずしも「高かろう、悪かろう」ではないのですが、やはり県内60市町村の1番は気になります。この理由には、生活習慣病である糖尿病や高血圧による脳卒中や心臓病の悪化が関係しているようです。英国では、減塩の活動により脳卒中や心臓病で亡くなる人々が4割も減って、年間2300億円もの医療費が削減できた実績があり、大変注目されています。減塩による高血圧や病気の減少は速やかで、医療費も同時に減少していきました。既に血圧のお薬を飲んでいる方でも、減塩でお薬を減らせることもあります。町民の皆様へ減塩が浸透すれば、必ず医療費の削減につながっていくと信じています。



図書館
だより

町立図書館
☎ 932-0600
FAX 932-0631

蔵書点検に伴う臨時休館のお知らせ
期間
2月15日(火)~2月24日(木)

3月の特集コーナー

三寒四温を実感する季節となりました。いまだ風が冷たく感じられますが、いよいよ待ちに待った春到来です。今月は、春や桜に関する本、新生活への準備や新しいチャレンジに向けての本を紹介いたします。

- 一般書コーナー テーマ「春よ、来い」
『春、戻る』 瀬尾まいこ/著 集英社
- YA(中・高校生向け)コーナー テーマ「春よ、来い」
『自分のミライの見つけ方』 児美川孝一郎/著 旬報社
- 児童書コーナー テーマ「はるのあしあと」
『ようこそ!花のレストラン』 多田多恵子/写真・文 少年写真新聞社

令和3年度宇美町「小学生読書リーダー・中学生読書サポーター養成講座」の取組展示

今年度は、10人の「小学生読書リーダー」と9人の「中学生読書サポーター」が誕生しました。リーダー・サポーターは、学校などで読書の楽しさを伝える活動を行います。今後の活躍に期待してください。

期間 4月27日(水)まで
場所 うみ・みらい館エントランス広場

新刊案内 新しい本が図書館に入りました。ご利用ください。

『救命センター カンファレンス・ノート』

浜辺祐一/著 集英社

急増する収容要請と高齢化する患者たち。災害派遣医療チーム(DMAT)の出場要請、緊迫する新型コロナ対応など、多様化する救命救急の最前線を現役医師が描く。(TOOLi出典)



『夢のねだん図鑑』

ライブ/編著 カンゼン

オーロラを見たい、プロゲーマーになりたい...。さまざまな夢を叶えるために必要な値段と方法をイラストを交えて解説する。その夢を実現するための要素を5段階評価した「実現パラメーター」、夢に近づくためのインタビューも掲載。(TOOLi出典)



eco

不要品を有効活用して、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

- 弓道具(大人用、弓道関係のものなら何でも可)
- みつば幼稚園(男児制服、サイズ120cm希望)
- 貴船保育園の制服、体操服、通園バッグ
(3歳男児用、制服・体操服はサイズ110cm以上を希望、令和4年3月卒業予定でゆずってくださいの方、汚れや傷みがあってもかまいません)

ゆずります

- ひな人形①(サイズ:横幅100cm×高さ130cm×奥行150cm、型番:カワサキ No.3、状態は良いが多少傷みあり)
- オルガン(サイズ:横幅95.5cm×高さ76cm×奥行42.5cm、状態など:35年前に購入、きれいな状態、コード付き)
- 節句人形(サイズ:横幅62cm×高さ43.5cm×奥行32cm、状態など:ガラスケース入り、目立つ痛みなし、20年前に購入、きれいな状態で保存していた)
- かぶと①(サイズ:横幅42.5cm×高さ44cm×奥行33cm、状態など:ガラスケース入り、目立つ痛みなし、20年前に購入、きれいな状態で保存していた)
- 兜②(サイズ:横幅約40cm×高さ約30cm×奥行約30cm、状態など:平成5年購入、状態良い)
- 雛人形七段②(状態など:平成3年購入、状態良い)
- 雛人形③(サイズ:横幅120cm×高さ140cm×奥行120cm、状態など:35年前購入、虫食いや汚れ傷みなし、菊水作、飾り・もうせん・飾り段付き、箱等一式)

- コンビチャイルドシート(型式:プリムロングS RS-538、サイズ:横幅45cm×高さ60cm×奥行50cm、状態など:平成20年頃購入、使用頻度は孫が帰省するときのみのため年に10日程度、状態良好、使用説明書付き)
- ハイバックジュニアシート(サイズ:横幅45cm×高さ60cm×奥行50cm、参考年齢3歳から7歳、状態など:平成20年頃購入、使用頻度は孫が帰省するときのみのため年に10日程度、状態良好)
- テーブル付きローチェア(サイズ:横幅40cm×高さ50cm×奥行45cm、状態など:平成20年頃購入、使用頻度は孫が帰省するときのみのため年に10日程度、状態良好)
- マッサージ機 座王(メーカー:旭硝子株式会社、横幅79cm×高さ109cm×奥行107cm、状態など:10年前購入、状態良好、キズなし)

【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、2月25日(金)までに環境農林課へ申し込みください。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2月25日(金)の締切後に抽選を行い、2月28日(月)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。

ざっくボラン

このコーナーでは、ボランティアなどの公益的な町民活動をしている人や団体を応援し、ボランティアの「はじめの一歩」のきっかけになるような記事を掲載しています。

まちづくり課 共働推進係
☎ 934-2370
FAX 934-2371

「宇美町手話の会」活動紹介

手話の会は、学習支援者派遣事業(まなびサポートうみ)の学習支援者として、小学校でも活動しています。小学校の手話クラブの子どもたちに手話での挨拶などを教え、子どもたちも授業の最後には、手話で自己紹介ができるようになっていました。質問コーナーでは、「本当に聞こえてないんですか?」という素朴な質問に、手話の会の原島さんが、「本当に聞こえてないですよ。周りに耳が聞こえないという人は少ないかもしれませんが、宇美町には僕だけでなく他にも聞こえない方はいますよ」と丁寧に子どもたちの質問に答えていました。そして、「今日家に帰ったら、テレビの音を消してテレビをみてください。それが耳が聞こえない人たちの世界です」と話していました。子どもたちにとっても、貴重な体験となる活動でした。



▲宇美小学校3年生「総合学習」の様子



▲宇美東小学校「手話クラブ」の様子