



【問い合わせ】 町人権啓発福祉センター（役場人権推進課 人権推進係）
☎(293)7920

人とひとのつながりは、 声かけが大事ですね

たまなが たみこ
玉永 多水子さん（陣内）

10月1日付けで、新たに人権擁護委員に委嘱された玉永多水子さんを紹介します。

人権擁護委員になったきっかけは何ですか
以前は、保育士の仕事をやっており、勤務地の関係上、地元の仕事やさまざまな活動に参加することができませんでした。人権擁護委員のお話をもらったとき、町にいろいろな協力と恩返しができるかと思い、人権擁護委員になることを決めました。

人権についてどう考えますか
わたしは、中学を卒業して、和歌山県へ集団就職をして働きながら、高校、短大を卒業しました。この7年間はともきつくつらい時もありましたが、周りの人からの言葉かけや励ましで頑張ることができました。人権は一人ひとりが相手の気持ちを思いやることやかわり、声かけをすることでお互いの人権を尊重することができると思っています。

人権教育は子育て時期から行うことが非常に重要だと思えます。特に、子どもの話を後回しに聞くのではなく今の時間を大事にして、子どもとふれあってほしいと思います。それが人権教育につながると思います。

今一番興味あること、行っていることを教えてください
昔からやっている「生け花」を今でもやっています。人に教えるわけ

はないですけど、仕事をしているときは、職場以外の人との出会いが少なかったので生け花を通して、人と会って話しをすることが楽しみです。自分が楽しみ、人と出会い、交流を行うことをモットーに取り組んでいます。その他に、地域の地域福祉に携わるとともに、下陣内のデイサービスの手伝いをしています。ボランティア活動は、一人ではなくたくさんの方がかわってみんななでよいものに行きたいと思っています。

人権擁護委員として、取り組んでみたい活動や抱負、目標などを教えてください
幼・保・小・中との連携を密にした取り組みを行ってきたことなどをともに、子どもたちの人権に関して特に積極的に取り組んでいきたいと思っています。これからは、とにかく勉強、勉強の中でさまざまな経験をさせてもらおうと思います。

今回、新たに人権擁護委員に委嘱された玉永さん。いろいろな面での活躍を期待しています。

今までさまざまな人権について取り組みを行ってきた伊東祐紀さん、阪田良一さんが10月1日付で人権擁護委員に再任されましたのでお知らせします。

年に一度は健診を受けよう！ 自覚症状のない動脈硬化

血管が狭くなったり硬くなったりする動脈硬化は体内への酸素や栄養の供給を妨げ、心臓病や脳卒中など様々な病気を引き起こします。その一つである心筋梗塞は、心臓の血管の内壁に悪玉コレステロールなどが入り込み血管の壁にプラークと呼ばれるこぶができる。血液の通り道が狭くなる。血管が傷つけられプラークが破裂する。破れた血管を修復しようとして血小板が集まり血栓（血の塊）ができる。血栓が血管を詰まらせることによって起きます。血栓はできては流れるを繰り返しますが、たまり続けたプラークが一気に破裂して大きな血栓ができると、血管を完全に閉塞してしまいます。これが突然、前ぶれもなく発症する心筋梗塞というものです。

健診でしかわからないことがあります

血管病は突然起こるのではなく、20～30年かけて徐々に悪化していきます。コレステロールや中性脂肪はバランス良く血液中に存在していれば身体にとって重要な役割を果たしますが、そのバランスが崩れると自覚症状のないままに動脈硬化を進めてしまいます。

特定健診は、内臓脂肪の蓄積による動脈硬化などから始まる生活習慣病を未然に防ぐための健診です。血管を傷つける危険因子は高血圧・高血糖などで、食事や運動など生活習慣と

関係があります。「高血圧」「高血糖」「脂質異常」などの危険因子を把握し、将来の脳卒中や心筋梗塞を予防するのが特定健診の目的です。

もう健診は受けられましたか？

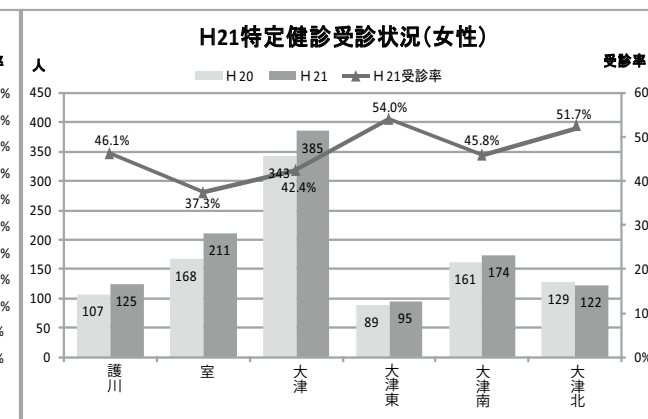
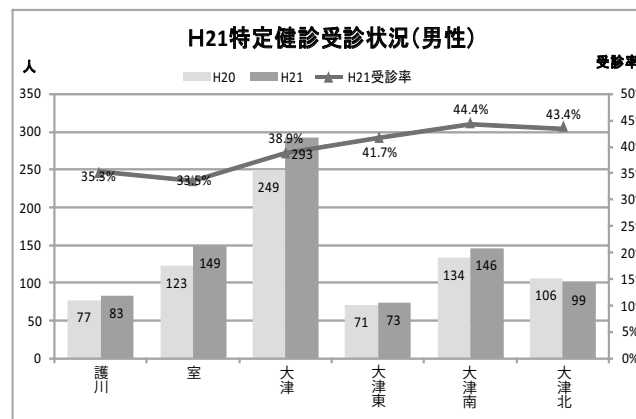
町の平成21年度の特定健診受診者数は、男性847人(38.5%)、女性1,116人(43.4%)でした。平成20年度と比較すると、197人増えています。各小学校の校区ごとにグラフで表すと、下の図のようになります。

今年度の特定健診(国民健康保険加入者対象)の受診者数は、平成21年度の受診者より約200人少なくなっています。自覚症状はなくても年に1回は特定健診を受けましょう。

今年、まだ受診していない人を対象に「特定健診」を実施します。健診の対象者には申込書が届きます。この機会に受診して、自分の体を知ることから始めませんか？

同会場で胸部レントゲン検診も一緒に実施します。今年度受診していない人へ受診票を送付します。ぜひ受診してください。

健診日程	受付時間	実施場所
2月3日 木	午前8時～午前10時	町子育て・健診センター
2月4日 金		
2月5日 土		



みんなあつまれ！ 児童館もちつき

12月にもちつきを行います。昨年は、新型インフルエンザ蔓延防止のため開催することができませんでしたが、今年は多くの皆さんが参加してくれることを願っています。



家族みんなで、友だちと一緒に、皆さんでご参加ください。

- 日時 12月11日(土) 午前9時から
- 場所 町人権啓発福祉センター 児童館

祝 30周年記念式典



11月6日町人権啓発福祉センター・隣保館の30周年記念式典を開催しました。当日は式典行事やシンガーソングライターの中山洋一さんによるトーク&コンサートが行われ、人権について改めて考える場になりました。また朝早くから地域の皆さんの協力で、「もちつき」が行われ、紅白の餅を参加者に配りました。

