

The

健康応援隊!

暑い夏がやってきましたが、体調はいかがですか?保健センターでは毎年7、8月に4日間、総合健診を実施しています。健康チェックのためにも年に1度は健診を受けることをお勧めします。職場や学校で健診を受ける機会のない方で、保健センターの健診の該当年齢に達している方はぜひ検討してみてください。

昨今、介護保険法が改正され介護予防に重点を置いた内容になりました。その中の1つとして、65歳以上の方が基本健診を受ける時に今までの健診項目に追加して、出来るだけ要介護状態にならずにいつまでも自立した生活を送れることを目的とした生活機能評価を行うことになりました。これに伴い今年から平成19年4月1日現在で65歳以上の方には総合健診の受診票と一緒に『生活機能評価問診票』(以下、「基本チェックリスト」)をお送りしています。この「基本チェックリスト」は現在の心と体の状態を知るためのもので、日常生活がどの程度活動的に行われているかを確認する指標になるものです。

日頃、健康診断で身体測定をしたり、心電図を取ったりして体の中の健康度を確認する機会は多くあると思いますが、日常生活の活動や心の健康についてを確認する機会は滅多にないのではないのでしょうか?この機会に、日常生活の活動や心の健康についても振り返ることで、総合健診を心身ともに健康で長生きできる身体づくりの一助として頂きたいと思います。

(保健課保健師)

8月の小児医療輪番制

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		西	/	西	/	西
6	7	8	9	10	11	12
西	友	西	/	西	/	西
13	14	15	16	17	18	19
友	友	西	/	西	/	西
20	21	22	23	24	25	26
西	友	西	/	西	/	西
27	28	29	30	31		
西	友	西	/	西		

西：茨城西南医療センター病院(境町) ☎(87)8111
友：友愛記念病院(古河市) ☎(97)3000

輪番日及び時間

月、火、木、土曜日は午後6時～翌朝8時
日曜・祭日は午前8時～午後6時

去る6月25日に開催されました町制施行10周年記念講演会「日野原重明先生「輝いて生きる」を拝聴された方の中から、次のような詩が寄せられましたので、ご紹介いたします。

町制施行10周年記念講演会
日野原重明先生「輝いて生きる」を聴いて

その日まで

みゆき杏子

元気なわたしのからだ
父から糖尿病・高血圧症
母から肥満・脳梗塞
死の遺伝子をいつばいもらいながら
毎日少しずつ老化している

ひとがきらめくまち、五霞に
かつしか堀切から一年前引越してきて
いま「輝いて生きる」ための術
静かなこのまちで、みつけない

畑のニラと麦の葉が同じにみえて
くしゃみの始まりはスギ・ヒノキ花粉症
道を歩くと蛙が跳ねて
朝窓をあけると赤とんぼが西の空をつめて

「道ゆくひとに逢えば、笑顔で挨拶をしよう
殴られても返さずに、ひとを許すところをもとう
一万人に足りないこのまちは
みんなの気持ちひとつで、もしかしたら
日本の伝統のまちモデルになれるかもしれない」

わたしも、習いたての運転で介護の仕事しながら
「よい出会いみつめて」「むかえたい
「ありがとう」と終る日々を
堂飛ぶ、水と緑のきらめくこのまちで

お待ちしております

広報ごかでは、皆様のご意見・ご要望をお待ちしています。

あて先 町長(直通) ☎(84)1550
企画調整課広報担当
☎(84)1111(内線228)

人口と世帯

(7月1日現在)

総人口 10,010人(-5)
男 5,066人(+3)
女 4,944人(-8)
世帯数 3,005世帯(-1)
(内は前月比)

8月の納税

町民税 2期
国保税 2期
介護保険料 2期
保育料 8月分
学校給食費 4期