



特定健診と
がん検診を受けて

けんこうだより

健康づくりポイントカードで 減塩商品と季節のお野菜ゲットしよう!

ポイントカード (表)

お名前：【 】 生年月日：【 】

限定50セット! 交換日：令和3年 月 日

100ポイント集めて
高血圧学会推奨の減塩商品と季節のお野菜をもらおう!

特定健診を集団健診で受診
50ポイント

集団健診でがん検診を受診
30ポイント

それぞれ20ポイント

- 健診時より体重が3%減少した
- 血圧を1か月以上記録している
- ウォーキングの習慣を1か月以上記録している

住民健診で特定健診を受けた人は、**赤色のスタンプ50ポイント**ゲット!
人間ドック・個別医療機関で特定健診を受けた人は対象外です

住民健診で特定健診を受けた人で、がん検診を同日受けた人は**青色のスタンプ30ポイント**ゲット!
特定健診を受けた日と別日に町助成のがん検診のみを受けた人は、赤のスタンプが押してある台紙を健康センターに持参すると、青のスタンプを追加してもらえます。

3つの取り組みに対して、それぞれ20ポイント!

- **健診時より3%体重減少した国保加入者**
健診後3%体重減少に成功した人が対象です。脂肪減少が目的なので、健診後最低2週間は期間を空けた状態で、健康センターで確認します。
- **血圧を1か月以上記録して管理している国保加入者**
ノート、記録表、携帯アプリなどに1か月以上(連続でなくて可)記録している人が対象です。このはがきと一緒に記録がわかる媒体を健康センターにお持ちください。
- **ウォーキング習慣を1か月以上記録して管理している国保加入者**
ノート、記録表、携帯アプリなどに1か月以上(連続でなくて可)記録している人が対象です。このはがきと一緒に、記録がわかる資料を健康センターにお持ちください。

ポイントカード (裏)

100ポイント集まったら... **限定50セット!**

健康づくりポイントカードで記録した情報は、
自治体の健康づくり推進事業に活用されます。

家族で減塩
生活始めよう!

1,500円相当

交換できる期間
令和3年8月1日～令和3年12月31日まで

100ポイント以上達成されたみなさまへアンケート

★100ポイント達成するために、
意識的に取り組まれましたか

はい いいえ どちらでもない

★今までの生活や食事を振り返る機会になりましたか

はい いいえ どちらでもない

ご協力ありがとうございました

限定50セットです!
Let's チャレンジ!!



【お問い合わせ先】 町民課 保健予防係(健康センター) ☎0965-52-7154

伝言板

伝言板は、個人・団体が非営利で行う文化・学習・スポーツ・まちづくりなどのさまざまな活動の情報を掲載するコーナーです。

新国際空手道連盟 芦原会館 氷川支部 空手道場生募集

氷川支部は10年以上の活動実績があり、女性会員や親子会員(5組)もあり、明るく、楽しく活動しています。見学は自由にできます。詳しくは、SNSをご覧ください。お問い合わせください。

- ◆練習日時 月・水曜 19時00分～20時15分 氷川中学校武道場
金曜 17時45分～18時45分 東陽小学校体育館
- ◆会費 毎月2,000円、初回のみ入会金2,000円
- ◆対象 男女問わず原則6歳以上
- ☎ 芦原会館 氷川支部 ☎050-5875-8366



町民文芸

短歌

美氷川の流に沿って川原に
黄金菜の花今盛りなり
北野津 宮本 末秋

空青し氷川も青し初夏の
川瀬の飛沫青に染まり
北野津 井田 道寛

アジずしを頂きましたお隣さん
潮の寄せ来る磯の香りも
西野津 古崎 スエノ

満開の桜並木の春風触れて
ちらほら花の吹き下ろす
西野津 古崎 栄子

桜の花の咲を見て
我れ今こゝに生きる事幸せに思ふ
上鹿島 山本 貞子

悪法を数多作りて去りし安倍
如何になるらむ日の本の国
西上宮 村内 一誠

ささやかな町の楽しみカラオケや
踊りの無くて淋しき春よ
吉本 高橋 澄子

俳句

投稿について

- ・楷書で記入し、漢字には全て読みがなをふって投稿してください。
- ・電話番号を記載してください。
- ・毎月5日必着
※遅れて投稿された場合掲載できませんので、あらかじめご了承ください。

投稿先

〒869-4814 氷川町島地642番地
企画財政課 企画係
☎0965-52-5850

変声期上手くなれよと初音聞く
北野津 宮本 末秋

漂へば海月も我も青に透く
北野津 井田 道寛

つぶあんを花見の客にもてなして
西野津 古崎 スエノ

夏近しアップルジュースの喉ならす
西野津 古崎 栄子

雑草の中に蒲公英愛らしく
吉本 高橋 澄子

桜咲き吹く風やわく心抱く
上鹿島 前村 俊子

駐車場今年も来たかつばめの巣
西上宮 村内 一誠

梨の花 乳牛を飼ふ
町 香山 昭

考察 中野重治 愛しき者へ

法道寺 本田 花風

重治は九月二日の手紙で、こう伝える。「そこで国際競演へ出かけることの承認を、こゝへもう一度あらためて文書として与えておく。言葉だけではいけないうなどと言われないために。」ところで俺は大分うらやましいよ。家中でも俺が一番旅行好きらしいのだから不都合だ。俺も女房のお伴をして行きたいね。旅券が下りればよいね。俺はきつと無事に下りると思うよ。妻の渡航申請には、夫の同意が必要とした。法律上はまだ他人の中の夫妻も、「夫の承認」に万全を期している。

この頃、旅券さへおればモスクワへ向けて準備がすすんでいる。政野の手紙をみると菊池寛はカンパしただけでなく、原泉子の保証人にもなっている。湯浅芳子(ロシア文学翻訳者)はゴートの準備がまだだったことを、「旅券が下りたら毛皮の外套を貸してやる」と言っている。そして、旅券は誰にもおらなかった。

フランスムへ向かう政治の力、抵抗する人々のたたかい。抵抗してきた胎児の姿勢は、この年(三十三年)に大きな亀裂を生む。小林多喜二のいたましい死はこの破綻のきっかけとして利用されたように思う。昭和初年以來闘ってきた思想犯たちの獄中での大量「転向」が始まる。

戦前戦中期、日本は言論弾圧、肅清が非合法的左翼勢力(日本共産党、共産主義者)合法的左翼勢力(一部の急進的社会主义者)民主主義および自由主義的知識人らに対するものであった。体制に反論する知識人文化人にその中に中野夫妻も身を置き作家として、舞台女優として社会に立ち向かっていたのである。