

1年後のあなたは健康ですか？

村では5月に行った集団健診の診断の結果を7月にお送りしました。

健康診断の結果はいかがでしたか？ 結果の数値や自分のお腹を見て「運動しないといけないな～」「食事もお腹を気にしないとな～」と思うことはありませんか？

また、実際に運動や食生活の改善に取り組んでみても、3日坊主となってしまうて続かないなんてことも。

この機会に自分の健康について見つめ直してみませんか。

昨年度(平成29年度)の健診結果 飯舘村の県内順位

昨年度の村全体の健診結果はこのような状態でした。

メタボリック症候群
あてはまる人の割合
飯舘村 1位 30.9%
(福島県平均 20.7%)

肥満(腹囲)
あてはまる人の割合
飯舘村 1位 49.9%
(福島県平均 36.6%)

**肥満(腹囲)と
高血圧と脂質異常症
3つある人の割合**
飯舘村 1位 14.0%
(福島県平均 9.8%)

**肥満(腹囲)と
高血糖と脂質異常症
3つある人の割合**
飯舘村 2位 1.9%
(福島県平均 1.0%)

脳梗塞
脳出血

心筋
梗塞

このまま
だと…

動脈硬化が進み、脳や
心臓などの大切な
血管を傷めます。

健診で悪かった数値を改善するには
どうしたらいいのかな…？

そうだ、村の保健師さん、栄養士
さん達に聞いてみよう！

悪い位
ばかりタネ…。

肥満(腹囲)は
約2人に1人が
該当している
みたいタネ。

健康への近道は
“コツコツ”取り組むこと です！

1年後の健康な自分を目指して、
までいに続けていきましょう！

健康福祉課健康係

いいたて四季彩景 ● 園庭とビオトープ



小中学校の前庭の澄んだせせらぎ。奥には「までいの里のこども園」の園庭が見えます。



CONTENTS 目次

- 3 特集1 健康づくりはコツコツと
- 8 特集2 スポーツ公園グランドオープン
- 12 復興を歩む 農作物の販路拡大へ
- 14 ほけんとふくし 長寿番付／百歳賀寿 ほか
- 16 特集3 「未来への翼」北欧編
- 18 教育のページ いいたてっ子夏祭り ほか
- 20 いいたて便り
- 22 つながるアルバム
- 23 ちょっと昔のいいたてライフ ほか
- 24 お知らせ
- 25 入札結果
- 26 ひとかたる ものがたり / 堀先生相談室
- 27 こころのほけっと / ひとのうごき
- 28 ホープス / 編集後記

8月12日、いいたてスポーツ公園のグランドオープンには、スポーツ好きの子ども達がたくさん来場してくれました。表紙は、オープニングイベントのサッカーゲームに参加していた菅野准(じゅん)さん(飯舘中2年)と花井英雄(ひろ)さん(渡利中2年)。爽やかな2人にポーズを決めてもらいました。



●表紙のおはなし●