

# 熱中時間 ⑧

今回はバレーボールを中心に地域で活動しているスポーツ少年団を紹介いたします。

## 成羽ジュニアバレーボールスポーツ少年団

小学生の男女16人のメンバーが、毎週水曜日と土曜日、または日不定期で月2回程度に成羽小学校の体育館で活動しています。バレーボールを使って体の使い方や体を動かすことの楽しさを覚え、仲間とのつながりを深めることを大切にしています。

また、「考えてプレー（行動）すること」をテーマに、子どもたちが率先して発言したりそれを行動に移したりすることで、自主的にバレーボールに向き合えるような環境づくりを心がけるとともに、指導者や保護者、子どもたちとの交流を深めながら、少年団全体の親睦を深めることができます。

「バレーボールをやってみたいけど難しそう」と思っている人は、ぜひ一度見学に来てみてください。私たちと一緒に楽しみましょう！

近久美紀さん

0800・3054・2250



広報たかはしでは、市内で活動する文化・スポーツなどの団体やグループを紹介しています。広報紙上でアピールしたい団体・グループの代表者は秘書広報課までご連絡ください。

秘書広報課 ☎(21)0210

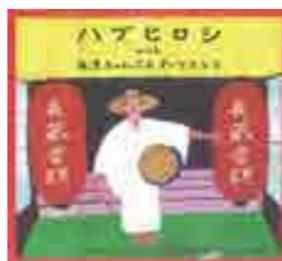
# 協力隊がゆく ③8

地域おこし協力隊員の土生です。

ついにこの夏、川関地区をはじめとする有漢町の皆さんと力を合わせ、「長蔵音頭」をお披露目することができました。

長蔵音頭は、天明の大飢饉で苦しむ川関村を命がけで守った綱島長蔵夫妻の歴史を讃え伝える歌です。昭和50年代に郷土文化が急激に失われていく中、約300年前から伝わる最も古い音頭「四ツ拍子」に綱島夫妻の物語を当て込み、当時の有漢の人たちが新たな形で再び命を吹き込んだものが長蔵音頭でした。その試みは当初盛り上がりを見せたものの、しばらくすると人口減少や後継者不足、娯楽の変化などにより、平成10年頃から歌われ演奏される機会が途絶えていたのです。

私が長蔵音頭に引き込まれたきっかけは、有漢の生き字引さんとされ今年101



CD「長蔵音頭」好評発売中！



有漢町納涼ふるさと祭



はぶ ひろし 裕 隊員

歳を迎えた蛭田禎男さんの著作でした。蛭田さんの郷土史に対する情熱は想像を絶します。また、音頭を復活させることができたのは、四ツ拍子を現在まで伝えてきた巨瀬町祇園踊り保存会の皆さんのおかげです。

有漢町内の小学校にもご協力いただき、児童全員が長蔵音頭を覚えてくれました。8月3日に行われた有漢町納涼ふるさと祭では、そのうちの3人が一緒に音頭を取ってくれました。ありがとうございます！  
8月10日に、CD「長蔵音頭」を全国発売しました。売り上げは市の災害復興にも役立てます。ぜひ手に取っていただきたいと思

## 在宅医療・介護連携推進事業通信 第43回

### 看護の魅力ガイダンスに参加して ～私は将来何をすべきか～

地域医療の魅力UP 紹介事業として企画された「看護の魅力ガイダンス」を吉備国際大学で受講しました。ガイダンスを通して、高梁市では中山間地域の将来を見据えた取り組みが行われており、看護師として地域の皆さんとのつながりができることが魅力だと感じました。将来については病院勤務の看護師しか考えていませんでしたが、新たに訪問看護や特別養護老人ホームの看護師にも興味を持つことができました。

また、高梁市が「住みたい田舎ランキング 2019 <子育て世代が住みたい部門> 小さなまち」で全国7位になっていることに驚きました。これは看護師や保健師などが地域のために働きかけ、地域の皆さんとのつながりがとても強いことが魅力の一つになっているのだらうと思いました。少子高齢化が進み、看護師などの医療従事者が減少しているからこそチーム医療が大切であり、多職種チームで連携し、患者一人一人に合った治療法を提供



看護の魅力ガイダンスの様子(7月1日)

することがさらに必要ではないでしょうか。

今回の受講を機に、何をすれば地域の皆さんが健康で暮らすことができるようになるのか、何を必要としているのかを考えながら、看護師・保健師の資格取得に向けて日々努力していきたいと強く感じました。



くろさわ みゆみ 黒澤 美優さん (吉備国際大学看護学科1年)

医療連携課 ☎(21)0304



## 健康づくり応援通信 ②5 健康づくり課 ☎(21)0267

### 健康診査・特定健康診査について

生活習慣病は、一人一人がバランスの良い食生活や適度な運動習慣を身に付けることで予防できます。健康状態を確認し、健康づくりにつなげるためにも1年に一度、健康診査・特定健康診査を受診しましょう。

#### 健康診査

生活習慣病の予防や病気の重症化を防ぐことを目的とした健康診査で、30歳～39歳と75歳以上の人が対象

#### 特定健康診査

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した健康診査で、国民健康保険に加入している40歳～74歳の方が対象

#### 注意事項

- ① 30歳～39歳の方は、集団検診会場でのみ受診ができます。
- ② 75歳以上の方は、血圧・コレステロール・血糖を下げる薬を服用していない人が対象です。
- ③ 国民健康保険加入者で40歳以上の方に「特定健康診査受診券」、75歳以上の方に「健康診査受診券」を送付しています。  
※特定健康診査の結果、生活習慣病の発症リスクが高く生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が期待できる人に対して、保健師・栄養士が特定保健指導を実施します。

#### 検診期間

集団検診…12月1日(日)まで

医療機関検診…令和2年2月29日(土)まで

※詳しくは成人検診ガイドブックをご覧ください。



健康診査受診券 封筒



特定健康診査受診券 封筒

やまた やすは 山谷 寧保管理栄養士 (健康づくり課)