

子育て支援センターを開設しました！

問 保健福祉課 児童福祉係
☎476-1111(144・145)

町では、大崎幼稚園に業務委託をおこない、子育て支援センターを開設しています。月曜日から金曜日までの午前10時から午後3時まで旧大崎幼稚園舎にて開設されています。

認定子ども園・保育園・幼稚園等に通っていない0歳～3歳のお子様をお持ちのご家庭と妊娠中のご家庭が利用できます。お子様の遊び場の提供や、子育て世代の交流の場、子育て相談等にご活用ください。

Check Point

詳しくは、大崎幼稚園のホームページをご覧ください。右記のQRコードからもご覧ください。

【お問い合わせ先】 大崎幼稚園 子育て支援センター ひよこクラブ
☎099-476-2166



【活動紹介】

お昼寝アートを実施しました！他にも様々な活動をおこなっておりますので、ぜひ、参加してください！

健康かわら版

未病（病気になる前に治す）

12月17日は、「未病の日」です。「養生訓」を著した江戸時代の貝原益軒の誕生日にちなみ制定されました。

「未病とは？」

人の健康状態は、ここまでは「健康」ここからは「病気」というように分けることができません。健康と病気の間で連続的に変化している状態を「未病」といいます。（下段図を参照）

「検査という武器」

全ての病気は、遺伝と環境の異常が原因となって起こります。ここでの環境とは、食事・運動・生活環境のことを指します。遺伝は自分の力ではどうすることもできませんが、環境は自分の意思次第で整えることが可能です。現代の医療は、未病を検査で捉えることができます。（表）つまり、これらの検査をうまく活用し、病気になる前の自分の未病状態を知り、自分の意思で食事・運動・生活環境を整えることが、結果として健康寿命を延ばすことにつながります。

図 未病の概念図

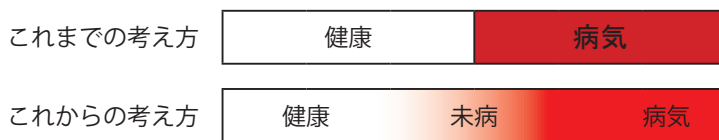


表 現代未病（西洋医学）の定義

	健康	未病	病気
自覚症状	なし	なし	あり
検査値異常	なし	あり	あり
例	異常値なし	境界域糖尿病、高血圧 脂質異常症、脂肪肝 メタボリック症候群など	脳卒中、心疾患 慢性腎臓病、肝臓病 など

「未病を見つけるために」

大崎町では、12月18日に、今年度3回目となる集団健診を保健センターで実施します。（医療機関での個別健診は随時受付中）
自覚症状がなくても1年に1回は検査を受け、新しい年を安心して迎えたものです。