

美濃加茂健康ファミリー

第50話 健康診査が始まります

茂子「市役所からお義母さんに健診の案内が届いてみたいですよ」
濃代「今年もまた健診の季節が来たねえ」

茂子「でもお義母さん、去年は中性脂肪が高かったけど、今年は結果が楽しみなんじゃないですか？」

濃代「そつなのよ。去年の健診の後からウォーキングを始めて、今では3キロは痩せたからね。もう運動不足なんて言わせないわよ」

茂子「そついえば健診は毎年必ず受けてみえますね」

濃代「年中行事みたいなもんよ。病気の中には自分では避けられないものもあるけど、生活習慣病は自分で守ることができるからね。『健康は自分で作るもの』そのために私にできる事のひとつが健診だからね」

市では『基本健康診査／胃・肺・大腸がん検診』を7〜8月にかけて実施します。

基本健康診査は日本人の死因の3割を占める「脳卒中」「心臓病」などの循環器病の早期発見を目的とした健診です。

市の健診は会社や人間ドックでの健診を受けない自営業・主婦・自由業の人を対象として行っています。受診者数は毎年増加しており、

昨年度は対象となる人の約50%の人が基本健康診査を受けられました。

しかし健

診を受ける人の数は増えているものの「毎年続けて健診を受ける」という人は昨年度で受診者の7割弱に留まっています。生活習慣病は加齢と共に発症しやすくなるもの。何よりも自分の体の状態を知るためには「毎年1回の健康診断」を濃代さんのように自身の年中行事に加えて頂きたいものです。

「受診者の方にとって受診しやすい健診」であるよう、昨年度から『基本健康診査／胃・肺・大腸がん検診』の4種類の健診を一度に受診いただけるようにしています。また、8月4日（日）は日曜健診として実施します。

自営業の人などの平日は健診に出かける時間がないという人にご利用いただければと思います。

健診の申し込みは2月に各世帯にお配りした調査票で受け付けました。追加申し込みは健診期間終了まで随時受け付けています。



Healthy&Life

健康と子育て・教育

だん

第40話 実感して学ぶ

先日、ある研修会に参加しました。関西の大学教授を講師に迎え、障害児への指導のあり方を学ぶ研修会です。

その先生は、指導者と子どもが1対1でトランプやブランコのよな、遊具を仲立ちとした遊びや運動を通して治療をする「感覚統合療法」の専門家です。その先生によれば、言語に障害があり、話をするのが難しい子どもが言葉を覚えるのは、その言葉を自分が必要であると実感したときだということです。

覚えてほしい言葉を子どもに向かつて何回繰り返しても、障害を持つ子どもにとって、それは自分には関係のない独り言に過ぎないのです。おなががすいていないとき、ごはん」などと教えても、努力ばかりがかかりません。

しかし、おなががすいているときに同じ指導をすれば、子どもは「『ごはん』と言えば食べ物を用意してくれる」ということを実感し、「『ごはん』という言葉が無理なく身につけるのです」。

実感して学ぶことの大切さは、障害を持つ子どもの言葉の学習に限った話ではありません。花のつくりを学習するとき、部屋

の中で図鑑やインターネットだけで学ぶより、野山に出かけ、その花に触れたり匂いをかいだりすることでその花を実感する方が、より強く記憶に残るでしょう。

福祉について調べようとするれば、障害を持つ人や高齢者と生活をともにし、介護を体験することができ、福祉の心に触れることができるでしょう。

4月から小中学校及び高等学校で「総合的な学習の時間」が必須となりました。これは、体験的な学習によって、子どもたちが自ら課題を持ち解決する力や生きるために本当に必要な力を育てることを意図したものです。

また、学校週5日制がスタートしたことにより、地域で様々な体験をする時間が増えました。子どもたちが実感的に学ぶように配慮するのが、私たち大人の責務だと思います。

