



## 涌谷町国民健康保険病院ニュース

【問い合わせ先】

涌谷町国民健康保険病院 ☎25-3118

### 涌谷町老人保健施設 認知症予防 回想法について

#### 回想法とは

昔の写真や、生活の中で使用した道具などを見ながら記憶を呼びおこし、皆と共感していく方法で誰かに「自分の過去を話す」「昔のことを思い出して話語りをする」などこれらが回想法と言われています。



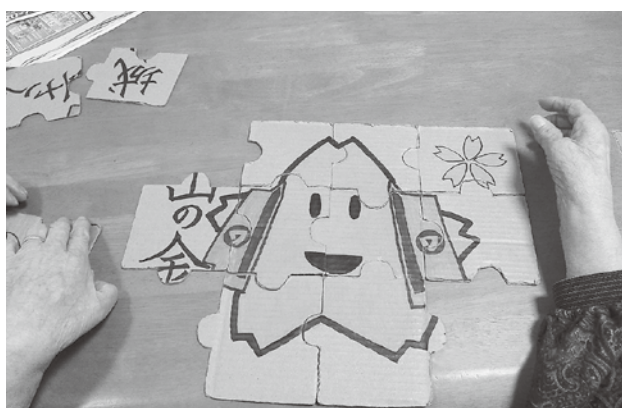
#### 回想法の効果とは

①心が落ち着く ②認知症の進行を穏やかにする ③コミュニケーションを深められるなどの効果があります。

涌谷町老人保健施設には、日常生活自立度Ⅲa以上の人を対象にした認知症専門棟を有し、認知症対応フロアとなっています。涌谷町老人保健施設の認知症対応フロアでもレクリエーション活動の一環として回想法などや、その他にも新型コロナウイルス感染予防を目的に、三密を回避した個別でのレクリエーション活動を多めに実施しています。

コロナ禍のため大声で歌を歌ったりや行事の縮小などもあり、なかなかコロナ禍以前のようにできない部分はありますが、回想法やその他にもスタッフが考えたレクリエーションを行いながら楽しく生活ができるよう心がけています。

涌谷町老人保健施設ではスタッフが作成したパズルや絵合わせなども行っており、新型コロナウイルスの感染予防対策を講じながら、個別レクリエーションなども行っています。



老健施設スタッフ手作りのパズル

涌谷町公式PRキャラクター城山の金さんなどをモチーフにしたパズルがあります。



老健施設スタッフ手作りの絵合わせ

台紙に書かれた数字と同じ数字が書かれたペットボトルのキャップを置くゲームです。

涌谷町国民健康保険加入中の40歳から74歳までの皆さまへ

**健**

**(検)診を受けて商品券を当てよう!**

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

健康づくりの第一歩は自分自身の健康を知ることです。特定健診やがん検診を受け、自分の体の状況を正しく把握することが生活習慣病の予防につながっていきます。さらに、健(検)診を受け、もらえるスタンプを集めると、抽選で商品券がもらえます。これを機に健(検)診を受けてみませんか?

社会保険から涌谷町国民健康保険に加入した40歳から74歳の方がいましたら、応募用紙を発行しますので、健康課健康づくり班までお問い合わせください。



令和4年度は281人が応募され、40代は10人、50代は17人、60代は124人、70代は130人という内訳でした。40代、50代の皆さまからの応募もお待ちしております。

《応募締切》令和6年2月9日(金) 必着

《応募箱の設置場所》

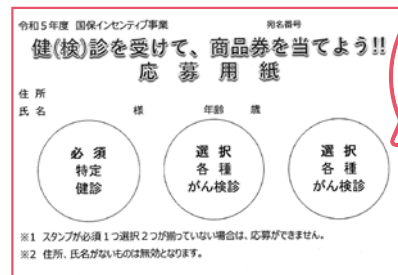
健診会場と健康課窓口に応募用紙投函用箱を設置しています。

《対象》40歳～74歳の涌谷町国民健康保険の加入者

《応募方法》涌谷町から送付された国保インセンティブ事業応募用紙(はがき)に、特定健診と2つのがん検診を受け、スタンプが3つ揃ったら応募可能です。

《スタンプをもらう方法》

1. 町が実施する特定健康診査や節目人間ドックを受診する。職場や個人で特定健康診査に相当する健康診断を受けた人も、健康課に健診結果を提出することでスタンプ1つを押印します。
2. がん検診(肺がん検診、大腸がん検診、胃がん検診、子宮がん検診、乳がん検診)を受けたら検診ごとにスタンプを1つ押印します。



この応募用紙で  
ご応募ください!

「食育」の推進によって健康づくり、人づくり、地域づくりなど目指す方向を示し、その実現のために必要な施策を総合的かつ計画的に推進するための指針として、令和5年3月に第4次涌谷町食育推進計画を策定しました。「人と人とのつながりを大切にし、『涌谷の『食』を次世代につなげる』を基本理念とし、五感を活かした体験から健やかな心と体を育むよう食育を推進します。



▼問い合わせ先  
健康課健康づくり班  
☎25-7973

また、6月は食育月間、毎月19日は食育の日です。食育月間・食育の日は、食に関する活動や啓発を通じ、多くの人に食の関心を高めていただき、健全な食生活を実践するものです。

近年のコロナ禍の影響

で、食育の取り組みも難しい部分もあったかと思いますが、家族そろって(友人や職場の同僚、地域での共食なども含む)食卓を囲む時間を作る、地域で採れた食材を使うように意識する、朝ご飯に主食、主菜、副菜をそろえて食べる日を増やすなど、食について考え、実践してみましよう。



第4次涌谷町食育推進計画と  
6月の食育月間について





## 涌

おたふくかぜ・任意風しんの予防接種を助成

### 谷町任意予防接種助成事業のお知らせ

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

任意の予防接種ですので、接種希望者は医師と相談の上、接種してください。

《健診日程・場所》令和5年4月1日～令和6年3月31日

	病院名	電話番号	おたふくかぜ	風しん
町内	東泉堂病院	☎42-3333	○	○
	米谷医院	☎44-1133	○	○
	宮野内科医院	☎43-5031	○	○
町外	ものうファミリークリニック	☎0225-76-4024	○	△
	わたなべ産婦人科 内科小児科	☎55-3535	○	○

《対象・助成回数・助成額》

▶おたふくかぜワクチン 1～5歳未満の子ども・1回・上限6,000円(かかったことがある人や予防接種を受けたことがある人は対象外)

▶風しんワクチン ①妊娠を希望する19～49歳②妊婦の配偶者③①の配偶者・1回・上限10,000円(かかったことがある人や予防接種を受けたことがある人は対象外。昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性は、風しん第5期の定期接種の対象となります)

《持参物》母子健康手帳、健康保険証、予診票

《申込方法》指定医療機関に予約をしてから接種をお願いします。

## 脳

涌谷町国民健康保険病院の脳ドックをご利用ください

### ドック受診料金の一部を助成します

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

涌谷町では、健康維持・増進と疾病の早期発見・治療、生活習慣病の予防と改善を目的に、下記対象者に検診料金の一部を助成しています。

《検診日時》毎週金曜日14時から(1日3人まで)

《検診場所》涌谷町国民健康保険病院

《対象者》涌谷町国民健康保険加入の40・45・50・55・60・65歳の人のうち、脳ドックを受けた人

《受診料》①22,000円コース②30,800円コース(詳細

はお問い合わせください) 助成額10,000円

《脳ドック予約先》

涌谷町国民健康保険病院 ☎43-5111(内線156)

《注意事項》

- ▶助成額以外は、自己負担となります。
- ▶保険診療となる脳検査は、助成対象外です。
- ▶検診時、涌谷町国民健康保険以外の健康保険に変更していた場合、助成額を返還してもらう可能性があります。

## 乳

大切なのは早期発見

### がん検診が始まります

問い合わせ先 健康課健康づくり班 ☎25-7973

乳がんは30歳代から増え始め、40～50歳代で最も多くなりますが、早期発見・治療すれば90%以上が治癒するといわれています。早期発見のためには、がん検診が必須です。申し込みしている人は、お手元の案内を確認して受診してください。申し込みしていない人で受診を希望する人は、健康課健康づくり班にご連絡ください。6月9日(金)は午後から夕方にかけて検診を実施します。

《検診期間》6月6日(火)～6月13日(火)(日曜除く)

受付時間：8時30分～13時、6月9日(金)のみ14時30分～18時30分に受付

《検診場所》涌谷公民館

《対象者》30歳以上の女性(41歳以上は前年度未受診者)

《受診料》①30～39歳2,000円②40～64歳2,500円③65歳以上1,500円

《持参物》受診票、健康保険証、検診料金、バスタオル

## すばらしい涌谷を創る協議会 清掃活動クリーン・ボランティア募集

すばらしい涌谷を創る協議会では、ゴミのないクリーンな町を目指し、清掃活動をしています。当日は、涌谷公民館周辺のごみ拾いを行います。

- ▶日時 6月17日(土)9時集合(1時間程度・雨天中止)
- ▶場所 涌谷公民館
- ▶問い合わせ先 すばらしい涌谷を創る協議会事務局(生涯学習課内) ☎43-3001

## 令和5年さつき展

さつきの花季展示会です。会員の丹精込めたさつき盆栽をご覧ください。ただいま会員募集中です。盆栽と一緒に楽しみませんか?

- ▶日時 6月10日(土) 9時30分~16時  
6月11日(日) 6時~15時
- ▶場所 くがね創庫さくら館
- ▶主催 涌谷盆遊会
- ▶問い合わせ先 くがね創庫 ☎43-6066



## 涌谷町総合型地域スポーツクラブ ノルディックウォーキング参加者募集

気仙沼市でウォーキングを行いますので、希望者は、お申し込みください。会員以外は、入会手続きが必要ですので、お問い合わせください。

- ▶日時 6月18日(日)  
涌谷公民館に7時集合・16時解散(雨天中止)
- ▶定員 先着20人 ▶申込締切 6月15日(木)
- ▶参加費 500円・入会金1,000円・年会費2,000円
- ▶問い合わせ先 生涯学習課 ☎43-3001

## 涌谷公民館図書室 今月おすすめの1冊

【一般書】死神の精度 著 伊坂幸太郎

音楽を愛し、必ず雨とともに現れる死神、千葉。彼の7日間の調査で人間の生死が決まる。クールでどこか奇妙。人間とは異なる価値観で死を見定め、6人の人生を見届ける。時には冷たく、時にはユーモラスさがある死神の言動が不思議で惹き込まれます。

【児童書】はっぱのおうち 作 征矢清・絵 林明子

さちが庭で遊んでいると、雨がぽつんとおちてきました。でもだいじょうぶ。さちにはかくれるおうちがあります。葉っぱにかこまれたおうちのなかで雨宿りしていると、そこへいろんなお客さんがやってきました。

## ちいさなちいさなおはなし会

よみかたりボランティア「おはなしの会」による、パネルシアターや絵本の読み聞かせ会を6月24日(土)10時30分から11時まで涌谷公民館談話室で開催します。

事前申込は、不要です。お気軽に遊びに来てください。

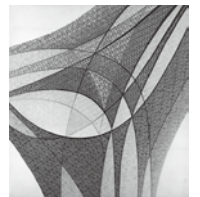
- ▶問い合わせ先 涌谷公民館図書室 ☎25-5501

## 「山岸登美の世界」展を開催します

布地に一色一色染め抜いていく、染色画制作に生涯をささげた山岸登美氏の作品を展示します。繊細な紋様に彩られた山岸登美の世界、ゆっくりとご観覧ください。

- ▶日時 6月10日(土)~7月9日(日)  
9時30分~16時30分

- ▶場所 くがね創庫くがね館
- ▶観覧料 一般200円・高校生100円・小中学生100円
- ▶問い合わせ先 くがね創庫 ☎43-6066



私は涌谷の子どもたちに英語を教えています。時々、子どもたちが私の言っていることを理解できないことがあります。何をどう教えるか、よく考えなければなりません。例えば、最近「over」と「under」という言葉を考えています。片手で拳を作り、その上にもう片手を重ねていきます。そして、「オーバー」と言いながらもう片手を拳の上、「under」と言いながら拳の下に移動させます。そして、子どもたちと一緒に行動しながら、言葉を練習します。柵を越えるように「you go over」と伝えたり、柵をくぐるように「you go under」と伝えます。

「over」と「under」という言葉は、多くの子どもが聞き取ることができません。また、「you go under」と伝えると、多くの子どもが柵の上を飛び越えてしまっているのです。何度も途中で止め正しい行動に向かわせる必要があります。子どもたちは同じ間違い

をしてしまいます。何が問題なのかを理解するのに時間がかかりました。実は、私の教え方に問題があったのです。こぶしの上から手を振って「over」と伝えるとき、私は「越える」と教えたつもりでした。ところが、多くの子どもは「上」という意味だと勘違いしていました。だから、「you go over」と伝えたら、その子どもたちはトネルの下をくぐり、「you go under」というのは、「下」のトネルを越えろと捉えたのです。これは、私にとっても非常に分かりにくいことでした。

私は、外国人教師が拳の上で手を振りながら変な言葉を発しているのを、生徒の立場で考えました。もし、自分がそのような状況に置かれたら、どう思うだろうか。確かに「上」という答えはあり得る。教師として、何をどう教えるか、気をつけなければなりません。どうすれば正しく理解してもらえるか、と意識しなければならぬと学びました。



# 戸籍の窓

4月1日～30日届出分

(行政区順 敬称略)

## 誕生おめでとう

(男の子0人／女の子1人)

## お悔やみ申し上げます

(男性2人／女性9人)

あかちゃん  
尾形 滯璃



氏名 年齢 行政区  
遠藤 幸子 62 3 区  
高橋 フサ子 99 3 区  
齋藤 節子 92 4 区  
伊藤 豊子 92 5の1区  
菅原 信子 89 6 区  
小関 光子 91 8 区

氏名 年齢 行政区  
佐々木 榮子 87 11 区  
志子田 恒雄 71 下小塚区  
佐藤 清子 82 黄金区  
佐々木 隼人 88 下町区  
伊藤 シゲヨ 91 猪岡区

町民生活課総合窓口班で掲載希望の有無について確認をとり、希望された人のみ掲載しています。

# 涌谷町の人口

4月30日現在( )内は前月比

人口と世帯		令和5年4月の動き	
人口計	14,812人 (-39人)	出生 1人	死亡 19人
男性	7,293人 (-11人)	転入 29人	転出 50人
女性	7,519人 (-28人)	令和5年の出生および死亡	
世帯数	6,001世帯 (-8世帯)	出生 12人	死亡 83人

## 休日診療当番医

日程	医療機関名	電話番号	日程	医療機関名	電話番号
6月4日(日)	熱海医院(美里町)	☎33-2020	6月18日(日)	いせ内科クリニック(美里町)	☎87-8767
6月11日(日)	宮野内科医院(涌谷町)	☎43-5031	6月25日(日)	高城利江整形外科(美里町)	☎31-1230

新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、発熱している場合は、一度電話連絡の上、病院を受診するよう、お願いします。受診の際には保険証を持参してください。診療時間は9時～17時です。当番医は変更になる場合があります。

## 子どもの救急医療情報

石巻市夜間急患センター	電話番号	0225-94-5111
	夜間診療時間	月～金：19時～22時
		土曜：18時～翌朝7時
	日曜日・祝日：18時～翌朝6時(翌日が祝日の場合は翌朝7時まで)	
宮城県子ども夜間安心コール 夜間の子どもの急な発熱・急な怪我のときの電話相談です。診療は行いません。	電話番号	プッシュ回線の固定電話・携帯電話から：#8000
		プッシュ回線以外の固定電話・PHSから：022-212-9390
	相談時間	毎日午後7時から翌朝8時まで



# 黄金人

## 千葉 史斗さん

(涌谷中学校1年生野球部所属)



### 旗士と野球の二刀流

大谷翔平選手によって大注目の二刀流。涌谷中学校にこの春に入学した千葉史斗さんも、よさこいの旗士と野球を二刀流で頑張っています。

史斗さんがよさこいを始めたのは4歳で、涌谷町のよさこいチーム「祭・WAKUYOSA舞桜」が発足する際に入会しました。当初は、史斗さんも踊り手の一人でしたが、ある時参加したイベントで旗士を目指す衝撃の出会いが待っていました。所属チームの代表を務める齋藤夫妻が以前所属していた横浜市のよさこいチーム「祭・WAKUYOSAよこはま」の旗士のTOMMY氏が、通常大人でも

1本の大旗で精一杯なところ、1人で2本の大旗を振る姿を目の当たりにし、「いつかは自分も旗士になりたい」と4歳児ながらに憧れの気持ちが芽生えました。

その後、小学2年生になった史斗さんは、野球との次なる出会いを果たしました。同じく「祭・WAKUYOSA舞桜」に所属していた仲の良い月将館小学校の先輩と、よさこいの練習時に野球をし、その楽しさを知りました。そして、野球の技術をしつかりと身に着けたいと楽天国際グルスアカデミーに入会。「初めは、グローブをどちらの手につけるのかも分からない素人で、キャッチボールもまともにできない状況でした。スクールは週一度で、仙台に通っていました。学年

が上がるにつれ、楽しく学ぶか、上級レベルを目指すかを選べるのですが、真剣にうまくなりたいと思うようになっていきました。小学4年生からは父親と中央公園で日が暮れるまで練習に打ち込むようになり、小学5年生でスペシャル育成コースの選考会に挑戦しましたが、結果は不合格。それでもあきらめることなく、小学6年生で選考会に再挑戦し、スペシャル育成コースに通えることとなりました。

また、よさこいでは、小学4年生で、かねてから憧れていた旗士を志願し、夢をかなえました。「風が強いときは大変だけれど、見ている人に喜ばれるのが楽しい」と魅力を話します。

出生時は、2800gと平均的な体格でしたが、その後、すくすくと成長し、中学1年生の今年、身長は170cmを超えました。恵まれた体格とコロナ禍でも自宅で旗振りの練習を続けてきたことで、春に開催された桜縁フェスタでは、強風吹き荒れる中、大旗を見事に振りましました。入部した涌谷中学校の野球部でも、これまで培ってきた技術力で、即戦力としてレギュラーに抜擢されています。史斗さんは、「プロ野球選手を目指して頑張りたい。まずは、中総体や新人戦の地区大会で優勝し、県大会に出場したい。また、部活や勉強が忙しくなるけれど、これからもよさこいも続けていきたい」と高い志を掲げています。



広報わくや

令和5年6月1日

通算815号

【編集・発行】

涌谷町 企画財政課 企画班

〒987-0192

宮城県遠田郡涌谷町字新町裏153番地2

TEL 0229-43-2112

FAX 0229-43-2693

E-mail gr\_kikaku@town.wakuyamiyagi.jp

URL http://www.town.wakuyamiyagi.jp

【印刷】

株式会社印刷所