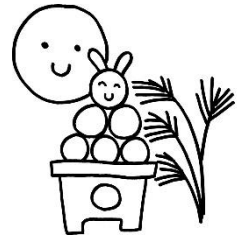


健康だより

令和4年9月号
NO 542号
大蔵村 健康福祉課



令和3年度の健診の結果、

国民健康保険の方の27.2%がメタボの状態にありました。

厚生労働省では、生活習慣病の特性や、運動・食事・禁煙など生活習慣の改善の重要性をひとりひとりが理解し、健康づくりの実践を促進するため、9月を健康増進普及月間としています。

高血圧、高血糖、高コレステロール血症、脂肪肝などの生活習慣病を発症しやすい状態を、メタボリックシンドロームといい、大蔵村では令和3年度の健診の結果、国民健康保険の方の27.2%がメタボの状態にあり、県平均の18.8%を大きく上回る結果でした。

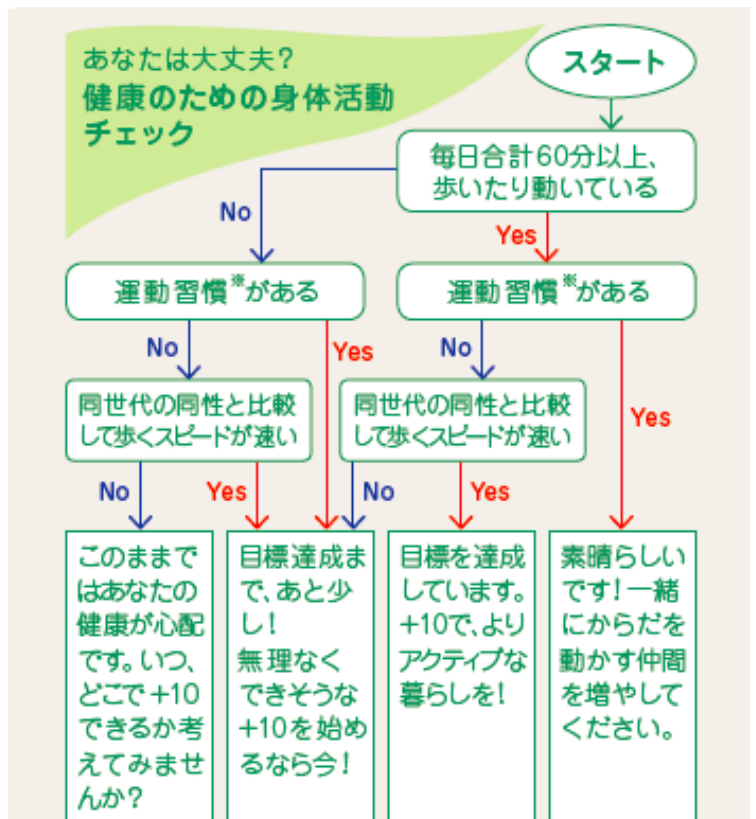
また、問診の結果、「1回30分以上の運動習慣がない」方は91.0%、「歩行速度が周りよりも遅い」方が85.9%と運動習慣がない方が多数おり、このことがメタボの状態にある方が多い要因と考えられます。

メタボ解消のためには食べすぎと運動不足の解消が重要です。

運動習慣がない方も今より10分多く、からだを動かしてみませんか。

+10（プラス10）を始めてみましょう

例えば、 ウォーキングで +10 	例えば、いつもより 遠くに車を止めて 買い物で+10
例えば、 筋トレで+10 	



※1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上、1年以上続けて行っている。

!! 注意 !!

新型コロナウイルスの感染者が増えています。

これ以上の感染拡大を防ぐために、場面に応じた不織布マスクの正しい着用や、換気の実施、ゼロ密、こまめな手洗い、消毒などの基本的な感染防止対策を忘れずに行いましょう。

事業名	日	時間	場所	対象
乳幼児健診	7 (水)	個別通知を確認 してください	中央公民館	R4. 4～R4. 5月生 R3. 10～R3. 11月生 R3. 1～R3. 2月生
人間ドック	9 (金)	個別通知を確認 してください	検診センター	合海の予約者(女性)
乳幼児身体測定 妊婦育児相談	9 (金)	予約制	子育て支援 センター	妊婦、お子さんをお持ちの方で 予約した方
人間ドック	13 (火)	6:10 (開場時間)	中央公民館	上竹野・豊牧・滝の沢・沼の台・平林 の予約者(男性)
ヘルシーティース 事業	15 (木)	8:45～9:15 (受付時間)	中央公民館	9～12月生の 1歳から4歳になるまでの児
人間ドック	27 (火)	6:10 (開場時間)	中央公民館	烏川の予約者(男性)
定期健康相談	28 (水)	13:00～13:30	中央公民館	どなたでもどうぞ

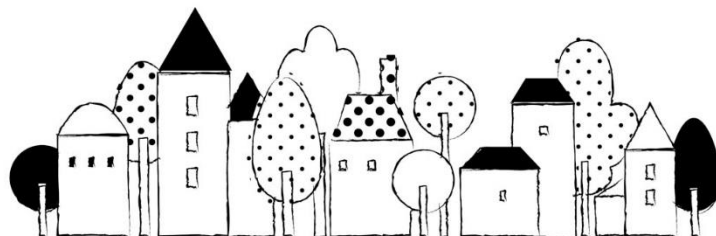
妊婦・育児相談を利用してみませんか？

毎月第2金曜日に大蔵村子育て支援センターで妊婦・育児相談を行っています。
 お子さんの身体測定や相談のほか、奇数月は助産師さんへの相談も可能です。
 利用を希望される方は、役場保健師までお問い合わせください。



☆☆ドック結果報告会☆☆

日	時	場 所	健診の日にち
16日(金)	9:30集合	平林公民館	8/18実施の方
	10:00集合	沼の台公民館	
	10:30集合	滝の沢公民館	
	13:30集合	白須賀センター	
28日(水)	9:00～10:00	白須賀センター	8/23、30実施の方
	10:45集合	塩公民館	
	13:00～13:30	中央公民館	8月中に受けてまだ結果をもらっていない方



横断函渠更新工事に伴う 終日全面通行止めのお知らせ

配布



雨水等の流下能力向上を図るボックスカルバート入替工事の為、下記の日程にて交通規制を行います。

近隣にお住いの方々にはご迷惑をお掛けすることになりますが、ご理解・ご協力の程お願い致します。

- 工事名：村道肘折金山線横断函渠更新工事
- 工事場 最上郡大蔵村肘折地内（村道肘折金山線）
- 交通規 **終日全面通行止め**
令和4年9月1日(木)～令和4年10月15日(土) 頃
※工事の進捗状況により、片側交互通行等への規制緩和を行います
- 迂回路：肘折温泉街よりカルテラ館、金生館方面へお越しの方は
県道57号(戸沢大蔵線)及び村道朝日台鍵金野線を迂回願います



※迂回の際は、道幅が狭い場所がございますので、通行の際は十分注意し走行して下さいませ、お願い致します。

- | | | |
|-------|------|--------------------|
| ○連絡先： | 発注者 | 大蔵村役場 (担当部署：地域整備課) |
| | | 電話番号 0233-75-2111 |
| | 施工業者 | 有限会社 中島建設 |
| | | 電話番号 0233-76-2335 |

地区住民の皆様へ



工事のお知らせ



立秋の候、皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。
また、建設工事におきましては、常日頃より格別なご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。
この度、大蔵村発注の「村道肘折川向線舗装補修工事」を下記のとおり施工させて頂くことになりました(有)石川建設です。どうぞよろしくお願いいたします。

工事期間中は、右記施工箇所を**全面通行止め規制**(8:30~17:00)にて施工させていただきます。

付近を御利用の皆様には、多大なる御迷惑と御不便をおかけするとは存じますが、「安全先行」「早期完成」を目標に施工しますので、皆様の御理解と御協力をお願い申し上げます。

記

- 工事名 : 村道肘折川向線舗装補修工事
- 工事目的 : 傷んだ舗装を補修します。
- 工事場所 : 最上郡大蔵村大字南山地内(肘折地内)
- 工事期間 : **令和4年8月22日~令和4年9月9日まで**
※工事の進捗により日程が変更となる場合があります。
- 工事内容 : ○施工延長 L=194.5m
○舗装版破碎・表層 883㎡

○ 連絡先 : 発注者 大蔵村 地域整備課
TEL : 0233-75-2102

受注者 有限会社 石川建設

工事責任者 現場代理人 須藤 才太郎
主任技術者 石川 竜美
TEL : 0233-76-2409



○ 工事箇所 位置図



現況写真(起点より撮影)



現況写真(終点より撮影)



お願い

※工事期間中は、**全面通行止め規制**(8:30~17:00)にて施工させていただきます。
付近を御利用の皆様の、御理解と御協力をお願い申し上げます。

ご協力お願いします。



NTT工事のご協力をお願い

平素からNTT東日本の電気通信サービスをご利用頂き、誠にありがとうございます。
この度、大蔵村大字南山地内にてNTT設備の移転工事を行うこととなりました。
つきましては、下記の工事範囲にて**車両通行止**を行い作業を実施するため、
近隣住民の方には大変ご迷惑をおかけすることと存じますが、安全第一で
速やかな作業に努めますので、ご理解ご協力の程よろしくお願い致します。
※現在お使いの固定電話・インターネットについては支障ありません。

箇所	大蔵村大字南山地内
期間	令和4年9月5日～令和4年9月16日
時間	8:30～17:00 土日除く



【発注会社】 東日本電信電話株式会社 宮城事業部

【受注会社】 株式会社TTK 山形支店 一般工事センタ TEL023-666-6177