

# Activity Report

地域おこし協力隊 ~活動レポート~

地域おこし協力隊 観光支援員 柳原 綾佳さん

新年あけましておめでたございます。今年も地域の皆さんとのつながりを大切にしながら、雄武町の魅力を発信し、活動をまいります。本年もよろしくお願いいたします。

昨年は、11月末に札幌市で開催された『サッポロファクトリー創成マルシェ』に参加し、雄武町の特産品を販売しました。韓靼そばや冷凍の海鮮のほか、鮭キモのセットなど、雄武町ならではの商品に、多くの方が興味を持っています。「こんなのも出たんだね」と初めて見る商品に興味を持つ客さまの中には、かつて雄武町に住んでいた方もおり、商品を見て「懐かしいね」「こんなのも出たんだね」と感動していました。町外でも雄武の魅力に触れていただけたように感じました。

12月21日に地域おこし協力隊によるクリスマスワークショップを開催しました。ワークショップを順番に担当しています。お楽しみに。

↑『サッポロファクトリー創成マルシェ』の様子

## Kids わんぱくキッズ (若草保育所) ~おおきくなったら~

トライクターを買つたために  
おかねもちになりたい

よこいし  
まもるくん

やすもと  
そうくん

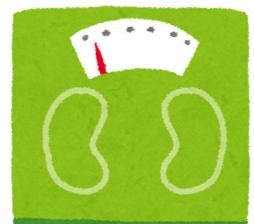
タクシーの運転手



# Everyone's infirmary

みんなの保健室

## 令和6年度雄武町特定健診 結果の分析からわかること



＜特定健康診査とは＞

自覚症状が少ない高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病の発症、腎臓病・脳卒中・心臓病などの重症の病気へ進行することを予防するため、年1回、身体の状態を数値などで確認する機会となります。

雄武町では、国民健康保険に加入している40～75歳未満の方で、職場などで健診を受診する機会がない方を対象に実施しています。

＜令和6年度の受診率＞

人間ドックなどで受けた健診結果や、定期通院先でのみなし健診の結果を提出した方などを含め、253人が受診しており、受診率は35.5%でした。北海道平均の31.9%よりは高率ですが、約65%の方が未受診であり、健康状態がわからない事が心配です。

＜健診結果から考えられる健康課題＞

○肥満者・メタボリックシンドローム該当者が多いです。メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪型肥満と高血圧・脂質異常・高血糖の危険因子が重なった状態で、それぞれの値が軽度でも動脈硬化性疾患（脳梗塞や心筋梗塞など）を発症する危険性が高くなります。このような状態を改善・予防するためには、体重や内臓脂肪の減少を目指し、生活習慣を見直すことが必要です。

|              | 雄武町  | 北海道   | 国     |
|--------------|------|-------|-------|
| メタボリックシンドローム | 該当者  | 24.2% | 20.5% |
|              | 予備群  | 9.8%  | 11.1% |
| BMI (25以上)   | 肥満あり | 41.0% | 30.7% |

内臓脂肪からなる物質（悪玉サイトカイン）の影響あり

○中性脂肪・A L T (G P T)・血糖値・尿酸値・血圧値・L D Lコレステロール値が、いずれも高値者の割合が高いです。血液検査などの値に異常が見られる段階では、体重・内臓脂肪減少に向けた生活習慣改善と合わせて、適切な治療を受けることが大切です。

○臓器障害を示す「腎機能 (e G F R)」「心電図」有所見者の割合は、全道・全国と同程度で重症化を防止できている可能性があります。すでに心臓病・腎臓病を治療している方は、健診未受診者が多いと推察されますが、健診受診者は健診結果で身体内部の状態を確認できるため、生活習慣病の重症化予防が期待できます。

体内で起きている変化を健診結果から読み取り、自分の身体にあった健康管理法を保健師・管理栄養士と一緒に考えていきましょう。

問健康推進課保健係