

Activity Report

地域おこし協力隊 ~活動レポート~



地域おこし協力隊 ICT支援員
曾我部 久さん

福岡から赴任して、あっという間に1年が経ちました。現在は学校のICT支援員として勤務していますが、「ICT」という言葉だけでは業務内容が伝わりにくい面があります。主な業務は、パソコンを活用、学校プログラムの取材・撮影・記事配信などです。近年は生成AIの発展により、日本のみならず世界中でAI活用が進んでいます。一方で「仕事がなくなるのではないか」という声もありますが、テクノロジーの進化は今に始まったことではありません。むしろ、人の役割は変化し続けてきたと言えるでしょう。私たちはその変化の中で、新たな価値を生み出していく必要があります。

1枚ずつ印刷してました。作業後は活字をガソリンで洗い、元の場所に戻すという手間と時間、そして高度な技術を要する仕事でした。しかし、その後オフセット印刷へと移行し、自動化が進み、さらに現在ではデジタル化により紙媒体自体が減少しています。かつて必要とされた職人技も、時代とともに役割を変えてきました。

こうした変化の中で、改めて教育の重要性を感じます。Amazon創業者のジェフ・ベゾスは、「これからの時代を考える際に、10年後も変わらないものは何かを考えるべきだ」と述べています。変化に対応する力と同時に、変わらない本質を見極める力が求められているのです。

また、学生がテストで100点を取ることは、確かに学力の高さを示しますが、社会ではそれだけでは十分とは言えません。例えば、商品一つ作り、売るために何を考え、どのように集客するのかといった課題には、答えは存在しません。マーケティングやブランディングといった視点も求められます。こうした問いに向き合い、自ら考え行動できる力こそが、これからの社会で求められる本当の力ではないでしょうか。

Kids

わんぱくキッズ (若草保育所) ~おおきくなったら~



たなか
いつきくん

たなかいつきくん



ほんな
はるくん

にんじや

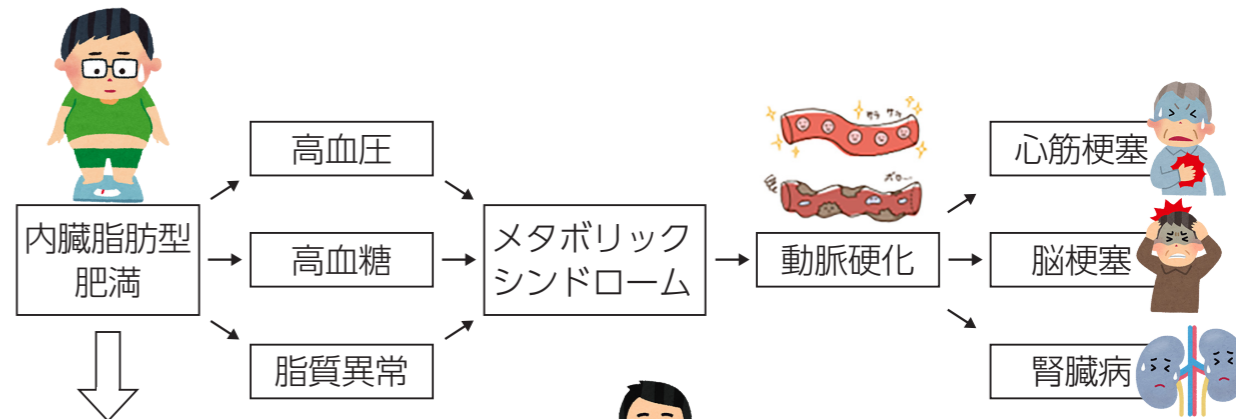


Everyone's infirmary

みんなの保健室

メタボリックシンドロームって何だろう？

メタボリックシンドロームは、内臓脂肪が多いことに加え、高血圧や高血糖、脂質異常が2つ以上重なった状態です。血糖値や血圧などが少しずつ高い状態でも、複数の項目に変化がみられることで、全身の血管で動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞、腎臓病などの深刻な病気につながります。



たくさんの脂肪から血管に炎症を起こしたり、インスリンの働きを弱くする悪玉物質が分泌されるため、いろいろな病気の発症に影響します。



脂肪が心臓や肝臓などの大切な臓器にたまってくると、脂肪毒性といって本来の動きができなくなるんです。怖いですね。

●内臓脂肪・皮下脂肪の特徴は？

	脂肪のつく場所	落としやすさ
内臓脂肪	お腹周り	つきやすく 落としやすい
皮下脂肪	お尻や太もも 下っ腹	一度つくと 落としにくい

●内臓脂肪？皮下脂肪？セルフチェック！

お腹に軽く力を入れて、おへその周りの脂肪をつまめますか？

つまめる → 皮下脂肪
つまめない → 内臓脂肪



肥満には、運動不足や過食に加えて喫煙やストレスなども影響しています。町内では、車で移動する方が多く、活動量が低下しやすい生活スタイルの影響も大きいのではないのでしょうか。

また、コンビニができたり、宅配も充実したことから、美味しい食べ物が手軽に手に入る環境になったことも肥満の方が増えている要因と考えられます。

「おうむすこやか健診」では、ご自身の予定に合わせて集団健診・個別健診を選んでいただけます。ご自身の体の状態を確認し、健康や生活について一緒に考えていきましょう。

受診方法や検査の種類などの詳細は、本紙 15 ページの「健診のお知らせ」を合わせてご覧ください。

肥満やメタボリックシンドロームに関する詳しい情報は、「日本肥満学会 / JASSO」のHP などでもご覧ください。

問健康推進課保健係