

南島原にゅーす

📍 商工観光課 ☎050(3381)5032

商品に付加価値を付け 売上アップを実現する 販売戦略セミナー

商品の売上アップを図るため、全員参加型の販売戦略
セミナーを開催します。

📅 9月18日(木) 午後2時～5時30分

📍 市役所西有家庁舎

● 講師…篠田 昌人氏

(地域ルネッサンス篠田事務所 代表)

📄 無料

📄 全員参加型のセミナー。個別相談あり。

📄 電話で申し込みください。

📅 9月10日(水)

南島原にゅーす

📍 こども未来課 ☎050(3381)5050

高齢者肺炎球菌ワクチン の助成対象者を拡大

10月1日から高齢者肺炎球菌ワクチンの対象者を
拡大します。

📄 65歳以上(昭和25年4月1日以前に生まれた人)で、
過去に高齢者肺炎球菌予防接種を受けていない人

📄 自己負担額…5,000円

📄 印鑑持参の上、事前にこども未来課または各支所で
申請してください。

※詳しい内容は、来月配布するチラシでご確認ください。

南島原にゅーす

📍 こども未来課 ☎050(3381)5050

水痘(みずぼうそう) 予防接種が始まります

📄 生後12～36カ月未満(1、2歳)

※既に罹患した子どもは対象外

● 回数…2回(初回、追加)

※既に任意で接種している場合、その分も接種を受け
たものとみなします。

● 開始時期…10月1日～

● その他

・今年度に限り、3、4歳児も1回接種できます。

・対象年齢の子どもには、個別通知をします。

南島原にゅーす

📍 スポーツ振興課 ☎050(3381)5084

誰でも気軽に 簡単に運動できる フィットネススクール ～初心者大歓迎～



【共通事項】

● 時間…午後8時～9時

📍 各教室20人

※応募多数の場合は抽選

📄 800円(保険料)

📄 各支所または教育振興班に備
え付けの応募用紙に必要事項
を記入し、提出してください。

※複数申込可

📅 9月30日(火)

● ボクササイズ ～ストレス解消に～

📅 10月6日、20日、27日 📍 有家保健センター

● 太極舞 ～ゆったりと動け、体幹トレーニングにもなります～

📅 10月14日、28日、11月5日 📍 原城オアシスセンター

● フィットネスフラ ～簡単にできるフラのエクササイズ～

📅 10月7日、21日、11月4日 📍 加津佐保健センター

● ズンバ ～楽しく運動したい人に～

📅 12月1日、8日、15日 📍 深江体育館

復興への



東日本大震災災害派遣レポート

Vol.28

南島原市災害派遣職員 林 田 昭 義

7月14日、東日本大震災後、南三陸町内で大規模な公共施設の着工は初めてとなる、町立南三陸病院（仮称）の着工式が行われました。

津波で被災し、全壊した公立志津川病院は、南三陸



南三陸病院（仮称）

町役場に隣接する南三陸診療所（平成23年4月開設）と、登米市の市立病院を間借りした2カ所に分かれ開設していました。診療所の再開直後は、建物が無くプレハブでの再開となり、待合所から各診察室、会計などへ移動する際は一旦屋外に出なければならず、高齢者や体の不自由な人には、非常に不便でした。

平成24年4月からは現在供用されている診療所へ移り医療活動がされています。高齢化が進む南三陸町では、医療施設は不可欠であり、住民からは入院施設を備えた病院の再開が待ち望まれているところです。

新病院は併設する総合ケアセンターと合わせ、総工費52億円で契約されました。復興工事が本格化する中、2020年の東京オリンピックなどの影響で全国的に労務単価や資材価格が高騰しているため、入札不調（落札されず工事業者が決まらないこと）も懸念されました。入札不調になると工事着工が大きく遅れ、開院時期も遅れます。さらには工事費の増加も懸念されていましたが、無事落札され、来年11月の開院を目指し、着々と工事が進められています。

近隣の石巻市も市立病院の再建を計画していますが、当初70億円と試算していた工事費が資材高騰などにより倍近くの137億円まで膨らみ、財政上非常に厳しい状況となっています。このことは決して他人ごとではなく、今後南三陸町で着工を予定している公共施設の再整備への影響が懸念されています。

健康コラム Health Column

知っていますか？インスリンの分泌低下

●今回の講師…一般社団法人 南高医師会 哲 翁 和 博先生（医療法人 博愛会哲翁病院 副院長）



インスリンの分泌には2種類あります。一つは、人間が生きるために必要な、一日中少しずつ出ている基礎分泌「生きるためのインスリン」です。もう一つは、食事やおやつなどを食べた後にたくさん出る追加分泌、血糖を上げすぎないために必要なもの、つまり「健康のためのインスリン」です。

生きるためのインスリンは、どんな人にも同じように必要で、健康の

ためのインスリンは、食事で糖をたくさん取る人ほど多く必要になります。糖を取り過ぎるとインスリンを分泌する唯一の臓器である膵臓のランゲルハンス島β細胞が働きすぎて疲労し、分泌が低下するのです。

運動は筋肉が働き、エネルギーを使うことにより血糖を上げにくくし、インスリンを節約します。インスリンの分泌量は、過食、運動不足に加え体質も影響します。アジア人

は、欧米人よりインスリンの分泌量が少ないのです。

さらに、糖尿病になりやすい家系があり、この体質は遺伝します。ただし間違えてはいけないのは、糖尿病という病気が遺伝するのではなく、あくまでも糖尿病になりやすい体質が遺伝するだけで、食事内容や運動に問題がなければ発病するわけではありません。この体質を知るためにも健診が必要なのです。