

2017年広報

なんぶ 12月号

vol.176



今月のもくじ

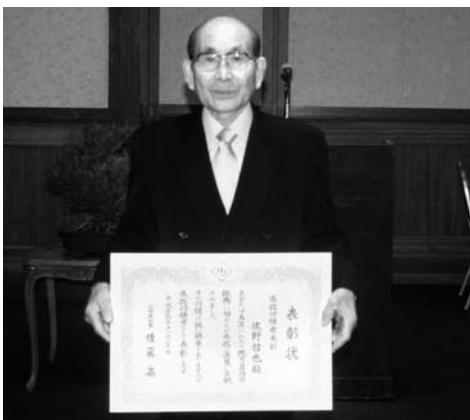
- P2,3,4 町の話題
- P 5 男子バレー活躍!
- P 6 南部氏展示室だより⑤
- P 7 総務課・税務課からのお知らせ
- P 8 あなたの年金 ねんきんネット
- P 9 輝け!なんぶ!
- P10,11 図書館からのお知らせ
- P14 スマイルなんぶ通信

文化祭での作品



県政功績者表彰受賞 佐野哲也さん

11月20日(月)、アピオ甲府で行われた「平成29年度県政功績者表彰式」において、南部町南部の佐野哲也さんが表彰されました。



佐野哲也さん

佐野さんは、旧南部町議会議員、南部町議会議員を17年6ヶ月（5期）務め、長年にわたり町政の発展に貢献し、特に富沢町との合併に積極的に取り組み、新町の行政機構の研究を進めるとともに、住民のニーズを把握し、行政運営のスムーズな継続や南部分庁舎の建設に尽力されました。また、議長、副議長の要職を歴任し、議会の円滑な運営に注力するとともに、議員定数是正に積極的に取り組み、定数の段階的な削減を成し遂げるなど、地方自治の発展に尽力した功績が高く評価されての受賞となりました。

おめでとうございました。

山梨県教育功労者表彰受賞 深澤謙治さん

11月2日(木)、ベルクラシック甲府で行われた「山梨県教育功労者表彰式」において、南部町成島の深澤謙治さんが表彰されました。



深澤謙治さん

山梨県教育功労者表彰は1950年から始まり、山梨県学校教育の振興に貢献し、功績が顕著である方を表彰するものです。深澤さんは、南部町内を中心に、県内で長年にわたり小中学校の教諭・教頭・校長として勤務されました。子弟の教育や後輩の指導、地域に開かれた学校づくりに尽力され平成15年3月、睦合小学校校長を最後に惜しまれながら退職されました。

この度、これららの功績が高く評価されての受賞となりました。

おめでとうございました。

山梨県文化賞受賞 内船歌舞伎保存会

11月15日㈬に平成29年度山梨県文化賞の表彰式において、内船歌舞伎保存会が奨励賞を受賞しました。



表彰式での山本接三会長

この賞は地域の芸術文化振興に貢献し、芸術・文化性に優れ、他の模範となる個人・団体に対しても、その活動と功績を称え表彰を行っています。表彰式には内船歌舞伎保存会会長の山本接三さんが出席し、後藤知事より表彰を受けました。

内船歌舞伎は江戸時代中期に始まつたとされ、平成23年には県の無形民俗文化財の指定を受けました。保存会は昭和50年の設立以降、定期公演をはじめ地区内外で活発な活動を続けています。なお、定期公演は毎年12月の第一日曜日に南部町文化ホールにて開催されています。

美術館企画展 「近藤正寛写真展」「直木賞作家 安部龍太郎氏来館！」



左から 近藤正寛氏、安部龍太郎氏、佐野町長

10月26日(木)から11月19日(日)まで開催された、近藤正寛写真展「川の貌～モノクロームの富士川」&「旅の記憶」に直木賞作家、安部龍太郎氏が来館しました。近藤浩一路作品にも大変興味を持たれ時代ごとに変化していく墨の技法に着目し大変熱心にござご覧いただきました。

避難所運営マニュアル作成

11月5日(日)、避難所自主運営訓練が下宿地域集会施設において、地域防災力の向上を目的とし、今年度は元宿区自主防災会を推薦し実施しました。

研修会には、元宿区住民、防災アドバイザー、防災講座等修了者、県、町職員が参加し、万沢小学校を避難所と想定し、県のマニアルを基にした当該地域の避難所運営マニアルの素案の作成等を行いました。



元宿区図上訓練

中央化学株式会社・NPO法人コメリ災害対策センター 南部町内郵便局・山梨県行政書士会と 大規模災害時の協定を結びました!

10月1日(日)、中央化学株式会社と「災害時における物資の保管等に関する協定」
10月10日(火)、NPO法人コメリ災害対策センターと「災害時ににおける物資供給に関する協定」
10月12日(木)、南部町内郵便局と「災害発生時ににおける南部町と南部町内郵便局の協力に関する協定」

11月13日(月)、山梨県行政書士会と「大規模災害時における被災者支援に関する協定」
11月13日(月)、山梨県行政書士会と「大規模災害時における被災者支援に関する協定」

中央化学株式会社とは、災害救援物資の保管、倉庫のスペースの確保。「コメリ」とは災害時の物資供給、郵便局とは災害復旧活動、指定避難所へ避難している被災者への配達・差出郵便の料金免除、山梨県行政書士会とは、災害救助法適用の際には被災者支援相談窓口設置や官公庁に提出する書類作成相談などといったハーネスソフト面の協定を結びました。



行政書士会との協定



郵便局との協定



コメリとの協定

技術向上へ訓練実施!

11月12日(日)、南部町消防団による『秋季移動消防学校』がアルカディア運動場で行われました。

有事の際と、出初式に向けた訓練を行い、講師に峠南消防本部の職員を迎えてポンプ車操法・規律訓練が行われ、午後には、南部・富河地区で防火パレードを行いました。また、11月9日(木)から15日(水)までの火災予防週間では、各部啓発用のぼり旗や看板等の掲出、サイレンの一斉吹鳴等を行い、火災予防啓発活動を各部で実施しました。

これからは空気が乾燥する時期が続き、火災が発生しやすくなります。更なる注意をお願いします。



各種訓練を行い、午後は防火パレードを実施しました

先進地を視察しました！



研修の様子



日頃の成果、展示発表が行われました



慰靈祭



睦合・栄・富河のお友達と紙芝居を見て、ゲームを楽しみました

文化の秋！第15回南部町民文化祭

平和を誓いました

園児に大型紙芝居を披露！

11月7日㈫、南部町総合会館3階講堂で「南部町戦没者慰靈祭」が来賓・

遺族・町関係者らが出席する中、厳かに行われました。

334柱の御靈を偲んで黙祷を捧げ、戦争で亡くなられた方のご冥福を祈りました。

また、出席者による献花が行われ、戦没者を偲ぶと共に、「一度と戦争を起こしてはならない」という平和への決意を御靈の前で誓いました。

今後も、保育所での集団生活を通して、周りとの接し方、思いやりを学び、楽しくお友達と生活、成長していただきたいと思います。

南部町農業委員及び農地利用最適化推進委員は、平成29年10月26日(木)から27(金)日栃木市農業委員会に視察研修を行いました。栃木市は平成28年7月19日に新体制に移り農業委員25名農地利用最適化推進委員78名で活動をし、全国農業新聞にもその活動の状況が掲載されました。日覚ましい成果を上げている委員会であり、栃木市農業委員会の大橋会長をはじめ事務局との意見交換を行い、委員会活動の方向性を確認でき推進活動に参考となる研修となりました。

11月5日(日)、南部町文化ホールにおいて、第15回南部町民文化祭「芸能発表会」が開催されました。

発表会は、35の団体による舞踊、コラス、太鼓演奏また、ダンスの演技もあり、盛り上がりました。

また、「展示発表会」は、11月10日(金)から12日(日)まで、活性化センターで行われ、会場には、多くの作品が並び、来場者を楽しませてくれました。

11月7日㈫に睦合保育所で町内3園の年長児を対象に南部町男女共同参画審議委員が大型紙芝居を使って「男女共同参画」について分かりやすくお話をし、最後はみんなでゲームをして楽しみました。

今後も、保育所での集団生活を通して、周りとの接し方、思いやりを学び、楽しくお友達と生活、成長していただければと思います。



バレーボールスポーツ少年団男子チームの皆さんおめでとうございます

スポーツ少年男子バレー県大会準優勝！
関東大会出場！

10月22日(日)、会長旗山梨県小学生バレー大会
 兼第33回関東小学生バレー大会山梨県予選会
 が甲斐市双葉体育館で行われ、南部町バレーボールス
 ポーツ少年団 男子チームが準優勝し、関東大会への
 出場権を獲得しました。

関東大会は、11月25日、26日（土、日）に埼玉県で
 行われ、選手たちは心を一つにして精一杯がんばりました。

『ちょっくりボランティア』(有償ボランティア) “生きがいづくり”地域のために！ あなたの元気を活かしてみませんか!!

ちょっくりボランティアとは？

日常での「ちょっとした困りごと」を
 地域住民が主体となって「助け合う」
 支援活動です。



あなたの趣味や特技を活かして、
 都合の良い時に、ちょっくりお手伝い！

電球の交換	灯油の補給
ゴミの分別・ゴミ出し	通知や手紙を読む
書類の記入・手続き	買い物代行
話し相手	短時間の留守番
庭の草取り	掃除・洗濯

など



上記の中で1つでも
 お手伝いいただける方は
 ご連絡ください

少しでも興味がある方は、
 役場福祉保健課(TEL64-4836)までご連絡ください。

【第1回申し込み締め切り：平成30年1月12日(金)】

南部氏展示室だより ⑤



『戦国時代の南部氏』 《三戸城の炎上と中興の祖南部信直》



文明9年（1477）11月、「応仁の乱」が終結する。その頃の奥州南部氏は、南部通継（盛岡19代）から南部安信（盛岡23代）にかけて衰退期に入っていた。

一方甲斐南部では、本郷の地で波木井義実（波木井南部10代）が大永元年（1521）8月、今川軍の甲斐侵攻に味方した咎により大永7年（1527）、武田信虎の軍勢に襲われて全滅し、波木井南部家は滅亡したと云う。（南部町伝承）

その為、これ以降甲斐南部郷は完全に穴山信風（信綱）の所領となつた。

その頃、奥州三戸では天文8年（1539）、南部晴政（盛岡24代）の時、居城の三戸城（聖寿寺館）が故ありて家臣の赤沼備中に放火され全焼してしまう。この時、南部家先祖代々の重宝及び古文書等がことごとく灰燼に帰すと云う。

また、中央では永禄3年（1560）の「桶狭間の合戦」や、翌年の「川中島の合戦」等、下克上の戦乱が始まった。天正10年（1582）3月11日には、織田信長の甲斐侵攻により武田家が滅亡し、その年の6月2日には「本能寺の変」で織田信長が明智光秀に討たれ、その後は羽柴秀吉が台頭する。

関白となった豊臣秀吉は、全国統一を目指して北条氏の小田原城を囲んだ。この時に、南部信直（盛岡26代）は将兵千人を率いて参陣した事により、天正18年（1590）7月27日、豊臣秀吉による領地安堵の朱印状が発給されて、初めて中央政権による南部氏の所領が確定した。

さらに文禄元年（1592）3月の「文禄の役」（秀吉の朝鮮出兵）で南部信直は、将兵千人を率いて肥前名護屋城に参陣し沿岸の防備に当たった。

また、信直は奥州においては不來方城の福士氏を移転させ、新たに盛岡城の築城を開始する。

秀吉が慶長3年（1598）に死去すると、徳川家康が台頭し、慶長5年の「関ヶ原の合戦」では信直の跡を継いだ南部利直（盛岡27代）は東軍に味方し将兵5千を率いて、西軍の雄上杉景勝と対立した山形の最上氏を救援する。

戦に勝利した家康は、慶長8年（1603）征夷大將軍となって江戸幕府を開くと、慶長19年（1614）11月には「大阪冬の陣」で豊臣秀頼の大坂城を攻める。この時南部利直は、徳川軍として将兵5千4百を率いて参陣する。

さらに翌年5月の「大阪夏の陣」では、大阪城が落城し豊臣家が滅亡すると、時代は次第に安定し、平和な江戸時代に入って行く。

総務課からのお知らせ

総務課の業務を紹介します。

○職員給与・人事に関すること

職員給与、人事、職員の就退職に関する事務

※南部町の給与・定員管理等についてホームページに掲載しております。

○文書法制事務に関すること

条例等の制定・文書管理等

○選挙に関すること

国・県・町で行われる選挙を担当しています。

選挙時には立会人・施設の借用などご協力ありがとうございます。

○情報通信設備（FM告知放送）に関すること

町内に敷設してある光ケーブルの維持管理・FM告知端末の設置・管理業務等を行っています。

※FM告知端末の設置に関してはホームページに掲載、全戸配布、広報で周知をさせていただいておりますが、不明な点等あれば下記へ連絡をお願いします。

○広報・全戸配布等に関すること

毎月全戸に配布させていただいております、広報の作成・編集を行っています。また、月2回の全戸配布等にご協力いただきありがとうございます。

※上記以外にも区長会、男女共同参画、消費生活などの業務も行っています。

お問合せ 総務課 ☎ 66-3401(直通) ☎ 66-2111(代表)
☎ 66-3600(情報センター)

税務課からのお知らせ

かつて日本には、「しょう油税」「トランプ類税」「電気税」など、今では聞きなれない名前の税金があり、その時代を生きた人々の暮らしをささえていました。さて、現在私たちの暮らしている南部町ではどのような税金があるのでしょうか。簡単にではありますが、紹介させていただきたいと思います。

① 町民税…町民税には、個人住民税、法人町民税があります。個人住民税は、1月1日現在居住している住民が納める税金です。法人町民税は、町内に事業所等を有する法人等が申告し、納める税金です。

② 固定資産税…土地・家屋・償却資産を1月1日現在で所有している個人及び法人が納める税金です。

③ 軽自動車税…軽自動車を4月1日現在所有している個人及び法人が納める税金です。

④ 町たばこ税…町内で購入されたたばこの本数を販売事業者が毎月申告し、納める税金です。

⑤ 入湯税…温泉観光施設の入湯客数を施設事業者が申告し、納める税金です。

⑥ 国民健康保険税…国民健康保険に加入している世帯の世帯主が納める税金です。国民健康保険法において、他保険加入者を除く住民全員が加入することとなっています。

お問合せ 税務課 ☎ 66-3404(直通)

自宅でも、外出先でも
24時間確認できる！

あなたの年金
簡単便利な
ねんきんネットで！

将来受け取る
年金の見込額が
簡単にわかる！

ねんきん定期便や
年金振込通知書などを
パソコンでダウンロードできる！

最新の年金記録を
確認できる！

「ねんきんネット」がよくわかる！
昔ばなし風アニメーション配信中

年金

ねんきん太郎
【ねんきんネット】マスコット

詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット 検索

スマートフォンはこちら！

QRコード

女も男も 自分らしく 輝け！なんぶ！

広報なんぶ10月号より隔月でお知らせしています、「輝け！なんぶ！」No. 2は
『家庭』がテーマです。ぜひ、ご覧ください。

大まかな現状

最近の日本でも夫が家事をする時間が増えてきていますが、世界の国々から比較すると、日本は、先進国の中で最も「男性の家事負担が少ない国」と言われています。

山梨県での共働き家庭の家事や育児などにかける1日当たりの時間は、

夫は42分 妻は4時間11分といったデータがあります。



今後の理想

各家庭の環境にもよりますが、家事はどちらかがやることが前提ではなく、一緒にやるといった意識が大切ではないでしょうか。



あなたの家庭の「今」は？

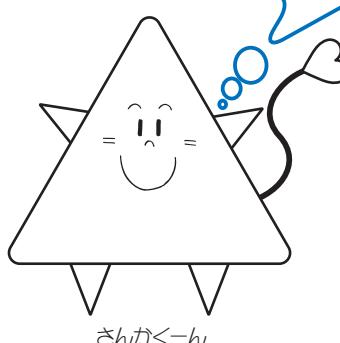
各家庭のやり方で役割分担しているので「押しつけないで」「大きなお世話」と思われるかもしれません、「男は仕事、女は家庭」という考え方から「男も女も、仕事も家庭も」という考えに変わっていかなければならぬ社会になっています。

この記事を見ながら家庭で話してみて下さい。

『家事』って、命をつなぎ、
生きていくために
とっても大事な
ことだよね。

「男女共同参画社会基本法」の 「基本理念」

- ①男女の人権の尊重
- ②社会における制度又は慣行についての配慮
- ③政策等の立案及び決定への共同参画
- ④家庭生活における活動と他の活動の両立
- ⑤国際的協調



次回2月号は「地域」をテーマに考えてみましょう。

(JP) ~南部町男女共同参画審議会~ (JP)

美術館



10月26日（木）～11月19日（日）まで近藤正寛写真展が開催されました。プロの視点で捉えた数多くの作品の中から今回は、「川の貌～モノクロームの富士川」&「旅の記憶」と題し約100点を展示、期間中には作家の安部龍太郎氏の来館と共に町内外多数の来館者で溢れ、素晴らしい展覧会となりました。ご来場下さった皆様、誠にありがとうございました。



図書館 1月の予定

新春お楽しみ会



1月8日（月）午後1時30分～2時30分
ほたるの会さん手作りのおしるこがあります！

乳幼児リトミック教室



1月10日（水）午前10時30分～11時30分
長洞まゆ先生／佐野貴子先生
乳幼児お話会のんたんのへや



1月17・24日（水）午前10時30分～11時30分

図書館映画会

1月20日（土）午後3時～4時

内容は情報センターのお知らせにてお伝えします。

新春お楽しみ会

図書館ボランティア ほたるの会

1月8日

（祝日・月曜日）



午後1時30分～2時30分

南部図書館 視聴覚室

昔のなつかしい遊びなど

新春にふさわし内容です！

文化館 休館日のお知らせ

- 12月29日（金）～1月3日（水）年末年始の為。
- 1月 9日（火）祝日の翌日。
- 1月 15・22・29（月）月曜休館。
- 1月 31日（水）月末館内整理日。

返却はブックポストへお願い致します。視聴覚資料はカウンターまでお持ち下さい。

2018



新刊・話題本コーナー



「吳漢 上・下」
宮城谷昌光 著
時代が生んだ最高の知将・吳漢の生涯を描く。
中央公論新書



「ぼくせん」
幕末相撲異聞
木村忠啓 著
幕末の愉快な勧進相撲小説。
朝日新聞出版



「サーチライトと誘蛾灯」
櫻田智也 著
第10回ミステリーズ新人賞を受賞。東京創元社



「銀杏手ならい」全編
西條奈加 著
若き手習師匠の格闘の日々を描く時代小説。



「Dの遺言」
柴田哲孝 著
暗号文に託された検査を開始する。ミステリー小説。祥伝社



「道なき未知」
森博嗣 著
人生をより豊かに楽しむための思考法を指南する。
ベストセラーズ



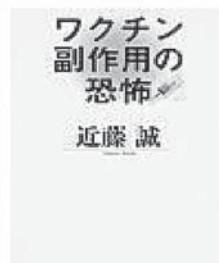
「ランチ酒」
原田ひ香 著
美味しい料理とうまい酒。心を癒し、胃袋を刺激する絶品小説。祥伝社



「ギレアド」
マリリン・ロビンソン著
全米批評家協会賞、ピューリツァー賞受賞作。新教出版



後藤加寿子の「おせち料理」細かな作り方のこつや、味わい方、楽しみ方を紹介する。文化学園出版



「ワクチン副作用の恐怖」
近藤誠 著
各ワクチンの有効性、必要性、副作用について解説する。

話題本紹介!



11月は91冊新刊
が入りました！



「徹底検証「森友・加計事件」 小川栄太郎 著

朝日新聞は「安倍疑惑」をどう仕立て、政権はこの不毛な仕掛けにいかにはまり込んでしまったのか？森友学園・加計学園問題の驚くべき朝日主導の仕掛け、そして日本のメディアが報じなかつた実像を詳しく紹介します。

飛鳥新書

ふるさとハローワーク出張相談会

◇開催日

日 時

1月11日(木)

午後1時～午後3時

場 所

活性化センター

◇お問合せ
身延町ふるさとハローワーク
☎ 0556-62-11065

「お子さまの教育資金を
「国の教育ローン」（日本政策
金融公庫）がサポート！」

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

◇ご融資額

お子さま1人につき350万円以内

◇金利 年1.81%

※母子家庭の方などは1.41%

◇ご返済期間

15年以内

※母子家庭の方などは18年以内

◇お問合せ

教育ローンセンター
(ナビダイヤル)
☎ 05570-008656

ホームページ「国の教育ローン」で検索

年末の交通事故防止県民運動

『乗せるのは
君の宝と その未来』

交通量の増加に伴う道路の渋滞や心理的

な慌ただしさ、飲酒の機会が増えるなど、様々な要因が重なり合って交通事故が発生しやすくなる年末の時期において、県民一人ひとりに交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を促し、交通事故防止を図ることを目的に実施しております。

期 間 12月1日(金)～12月31日(日)まで

重点目標

- 1、飲酒運転の根絶
- 2、早めのライト点灯・上向きライト活用
- 3、高齢者と子供の交通事故防止

自動車事故（被害・加害・自尊を問
いません）に遭われた方へ

△重度障害者介護料支給制度のご案内

△対象者 自動車、オートバイ事故により、脳、脊髄、胸腹部臓器を損傷され重度後遺障害の程度及び介護にかかる経費に応じ、次の額が支給されます。

・常時要介護の方
月額58,570円～136,880円

・随時要介護の方
月額29,290円～54,000円

△育成資金貸付制度(無利子)のご案内

△対象者 保護者が自動車、オートバイ事故に遭われて亡くなられたり、重い後遺障害を残すこととなつたご家庭の中学生以下のお子さまが対象

・貸付金一時金 155,000円
月額20,000円

・入学支度金 44,000円
※返還方法は卒業後20年以内の均等払い。
※高校・大学等へ進学した場合は在学期間

中返還猶予されます。越年資金等、支給金もあります。

◇お問合せ

NASVA自動車事故対策機構
山梨支所 被害者援護業務担当
☎ 055-262-11088

ご存知ですか?
国の助成を受けられる

「中退共」の
退職金制度

中退共は国の制度だから
安心・確実!

- 新規加入や掛金月額を増額する場合、掛金の一部を国が助成
- 社外積立て、管理も簡単
- パートさんも家族従業員も
ご加入いただけます

詳しくはホームページをご覧ください

[中退共](#) [検索](#)

お気軽にお問合せください

(独)労働者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
☎ 03(六九〇七)一一三四
FAX 03(五九五五)八二一

入札の結果

(11月)

お問合せ 南部町役場財政課 ☎ 66-3403 (直通)

事 業 (工事・委託) 名	落札業者	落札価格(税込)	工 期
アルカディアスポーツセンター天井耐震改修工事	株 興 龍 社	43,038,000	H29.11.28～H30.3.15
道の駅なんぶ 外構工事 (1工区)	渡 辺 建 設 株	37,800,000	H29.11.28～H30.3.26
南部町南部字外田地内用地測量業務 (その2)	㈲ 栗 原 測 量 設 計	2,376,000	H29.11.28～H30.2.23



スマイルなんぶ通信 No.33

「なんぶ健康会議」に関わる課・組織が情報を伝えします。
今回の担当は「医療センター」です。

だんだん寒くなり血圧が高くなる季節となりました。先月の広報の折り込みで今年の健診結果などから南部町に高血圧注意報が発令されました。今回は高血圧についてお伝えします。

*高血圧について

- 本邦の高血圧症患者数は4,300万人で、高齢者の2人に1人が高血圧です。
- 発症には遺伝・環境両因子が関与し、特に塩分摂取過剰が問題です。
- 診察室血圧も重要ですが家庭血圧も重視しますので家庭血圧の測定が勧められます。
- 降圧対象は原則140/90mmHg以上で、降圧目標は140/90mmHg未満。糖尿病、蛋白尿陽性慢性腎臓病（CKD）患者では対象130/80mmHg以上、目標130/80mmHg未満。後期高齢者の降圧目標は150/90mmHg未満となっています。

*高血圧の治療

- 高血圧治療の目的は、高血圧の持続によってもたらされる心血管病の発症・進展・再発を抑制し、死亡を減少させることにあり、高血圧患者が健常者と変わらぬ日常生活を送れるように支援することを目標とします。
- 生活習慣では①減塩（食塩1日6g未満）、②減量〔適正体重の維持（BMI 25kg/m²未満）〕、③運動（有酸素運動を中心に1日30分以上）、④節酒（エタノール換算で男性20—30mL/日以下、女性10—20mL/日以下）、⑤果物や野菜の摂取促進、飽和脂肪酸やコレステロール摂取の制限、⑥禁煙などが勧められます。
- 内服薬にはCa拮抗薬、アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬（ARB）、アンジオテンシン変換酵素（ACE）阻害薬、利尿薬、β遮断薬などがあります。処方された内服薬は主治医に確認し、内容を理解しながらしっかり内服しましょう。

*高血圧ワンポイントアドバイス

- 家庭血圧測定には、上腕カフ血圧計が勧められます。
- 家庭血圧は原則2回測定し、その平均値をその機会の血圧値として用います。
- 家庭血圧測定は朝（起床後1時間以内、排尿後、朝の服薬前、朝食前、坐位1—2分安静後）、晩（就床前、坐位1—2分安静後）が基本ですべての測定値を記録し診察時持参しましょう。

*高血圧Q&A

- Q. 健診で高血圧を指摘されましたが家庭血圧は正常です。受診の必要はないですか？
A. 安心は禁物です。家庭血圧の測定を続けその結果をかかりつけ医に診てもらいましょう。
- Q. 血圧とコレステロール、血糖どれに気を付ければいいでしょうか？
A. すべて生活習慣病に関する項目ですので全部重要です。
- Q. 血圧計がありません。どこで測ってもらえますか？
A. 毎月15日のスマイルなんぶの日には分庁舎で保健師さんが血圧を測ってくれます。