

Health Topic 1

田村市健康ポイント事業

楽しくお得に健康づくり！参加者募集中！！



**毎**日の生活にプラスαの運動や健康習慣を取り入れて、楽しくお得に健康づくりに取り組んでみませんか？

健康づくりを続けるほどポイントが貯まり、基準ポイント達成した方には、協力店で割引などのサービスが受けられる「ふくしま健民カード」を発行します。ほかにも、景品の抽選に参加できるなどの特典があります。健康にあまり関心のない方の参加も大歓迎です。ご家族やご友人、同僚などお問い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。

●対象者  
18歳以上で市にお住まいの方、または市内にお勤めの方

- 参加方法  
記録台紙を入手し、健康づくりの取り組みを記入後に提出（郵送可）
- 実施期間 6月1日～4年2月28日
- 記録台紙の受取・提出 保健課、各行政局  
※記録台紙は、市ホームページからダウンロードできます。  
※「ふくしま健民カード」をお持ちの方に、特典を提供して下さる協力店を募集中です。  
詳しくは、保健課までお問い合わせください。

Health Topic 2

放射線の不安解消と健康管理のために

内部被ばく検査を受けてみませんか？

**福**島県では、放射線に対する不安解消と健康管理を目的にホールボディカウンタ搭載車両による内部被ばく検査を行っています。

- 対象者  
県内の市町村に住民票がある方  
県内の事業所、学校などに勤務・通学している方  
※ただし、法令などにより事業者に原子力発電所作業員や除染等作業員の内部被ばく検査を義務付けられる場合は、他に受検機会が確保されるため、当該作業員を除きます。
- 検査場所・日程・予約受付専用ダイヤル  
①郡山市保健所正面入口（郡山市朝日二丁目15-1）  
毎週金曜日、第1・第3土曜日  
☎080-4633-9740
- ②須賀川市保健センター駐車場（須賀川市諏訪町67-1）  
第1土曜日  
☎080-5744-0334

- ※祝日・年末年始は検査を行っていません。
- ※予約受付時間は、午前9時～午後5時
- ※予約は検査日の1週間前の金曜日までにお申し込みください。
- 検査時間  
午前10時～11時30分  
午後0時30分～3時30分
- 検査費用 無料
- その他  
ほかの地区の検査場所、日程などの詳細は県のホームページをご確認ください。



Health Topic 3

血液検査で胃がんのリスク判定

胃の健康度をチェックしましょう！

**血**液を採取し、ピロリ菌感染の有無と胃粘膜の萎縮度を調べ、将来胃がんになりやすいかどうかをリスク（危険度）別に判定する検査です。検査結果により、保険診療でリスク別に応じた精密検査や治療を行うことで、胃がんの予防・早期発見につながります。※胃がんを調べる検査ではありません。

- 対象者  
昭和17年4月1日～平成14年3月31日生まれの方（年度内に20～79歳になる方）  
※市の助成を受けられるのは、1回限りです。以下の方は助成の対象になりません。  
・ピロリ菌検査を受けたことがある方  
・ピロリ菌の除菌をしたことがある方

- ・胃痛など明らかな自覚症状がある方
- ・現在、食道、胃、十二指腸の病気で治療中の方
- ・胃酸を抑える薬（プロトンポンプ阻害薬）を2カ月以内に服用した方
- ・胃を切除したことがある方（内視鏡的切除も含む）
- ・明らかな腎不全、または腎透析を受けている方
- ・市の助成を受けて検査したことのある方
- 申込方法  
検査を希望する方は、保健課へ電話でお申し込みください。受診券と市指定医療機関一覧を送付します。
- 受診方法  
市が指定する医療機関（田村地方）で市が発行する受診券をお持ちのうえ、受診してください。
- 検査期間 6月1日～12月28日
- 自己負担額 1,000円

地域おこし協力隊奮闘記

皆さんこんにちは。地域おこし協力隊の大類日和です。このたび、3年間の任期を終え、卒業を迎えます。自分はデザイナーとして、情報発信のためのデザイン（チラシやwebサイト制作を中心）を作成したり、移住促進につながるような企画や仕組みを考えたりしてきました。実は昨年のムシムシランドのポスターは自分がデザインしたんです。

ひより日和

最終回

その他にも、地域のことを考える・地域の魅力について若い人の意見を教えてほしいというようなワークショップにも積極的に参加しました。地域おこし協力隊としての立場だけでなく、田村市のことをもっと知りたいという気持ちがあったんです。いろいろなワークショップに参加してきて、常に感じていくことがありました。

質問「田村市の魅力はなんですか？」  
回答「人がいい」「エゴマの発祥の地である」「タバコ産業で栄えていた」など。これ、魅力であるかもしれませんが、何かちょっと物足りないと思いませんか？  
自分は大学の時から地域政策を学問として学び、学びのアウトプットとして色々な地域でフィールドワークをやってきました。深い浅いはありますが、それなりにいろいろな地域に関わり、特徴や魅力を見つけてきました。田村市は「人が優しい」だけですか。先人たちが作り上げた産物は良いとは思いますが、いつになってもこれだけで良いのですか。新たな魅力を作り、上京した人が故郷だから帰るのでなく、田村市で生きていきたいから帰る、そんな地域にしていく必要があると思います。では、地域おこし協力隊として活動した自分は、この3年間でこの田村市に何かできたのか、新たな魅力を作ることができたのか？と問われると、正直足りていないと感じています。他の仕事に忙殺され、そこに対して十分な成果を挙げられていない自分に言い訳をしてい

ました。これは、地域おこし協力隊として良くなかったと反省しています。文句を言うだけなら誰でもできる。だから、自分は田村市の課題解決に向けて、アクションを起こそうと思っています。

地域おこし協力隊

大類日和



「宣誓。」

田村市に住んで活動しようと思うので、自分が楽しそうなことをやっていたら、応援してください。自分がサボっていたら注意してください。一緒に田村市を住みたいと思うまちに変えていきましょう。  
これを起業する前の宣誓として、田村市の広報に残します。  
2021年6月1日大類日和。  
※もう一つお願いがありました。誰か住めそうな家を貸してください。