

わっさむ健康づくり応援事業 当選者が決まりました！

積極的な健康づくりのため健康診査やがん検診を継続的に受けている方を応援する目的で、本事業を行っています。

厳正なる抽選のうえ、253名の中から10名の方の当選が決定しました。

特賞 1名様：体重計(体組成計)

本館 正憲 様 (三笠)

ヘルシー賞 2名様：自動血圧計

小野田穎意 様 (西町)、半澤 徹也 様 (大成)

減塩賞 7名様：減塩食品詰め合わせ

乾 恭子 様 (東町)、馬場 宣昭 様 (西町)、新山 文雄 様 (東町)
山口 祐平 様 (南町)、小神 則子 様 (東町)、朝日久美子 様 (三笠)
安孫子美由紀様 (中和)



【対象条件】

20歳以上の町民で、以下の健診(検診)を3年連続受けた方※1

健康診査

以下のいずれかを受けた方

- ①町の健康診査
- ②個人で受けた人間ドック※2
- ③職場の健康診査※2 (特定健診に準ずる項目)

+

がん検診

- ・肺がん検診
- ・胃がん検診 (ABC法除く)
- ・大腸がん検診
- ・子宮がん検診
- ・乳がん検診

このうち、2種類以上を受けた方



※1 20～34歳以下の男性については、健康診査を3年間受診していただくことが抽選対象になります。

※2 ②、③の方は、結果(写)を保健福祉センターにご提出ください(印鑑必要)。

来年の対象は令和2～4年度まで3年間受診された方です。年に一度は健康診査・がん検診を受けましょう。

お問い合わせは保健福祉課保健係 (TEL32-2000) まで

地域おこし協力隊 コラム

先月より、Hakko Class. の糰生甘酒『恋する菌曜日』が、わっさむ町食と観光情報案内所で買えるようになりました。和寒産米を使った白米麴と玄米麴の2種類の甘酒のほか、無農薬無肥料で育てられた自然栽培米を使った白米麴と玄米麴の2種類の甘酒があり、全部で4種類です。それぞれ大小2つのサイズがありますので、味見してみたいという方はぜひ小さいサイズからお手に取ってお試してください。

Hakko Class. の生甘酒は、「生」という表現のとおり、非加熱・無殺菌です。市販の甘酒と比べ、豊富なビタミンや食物繊維、酵素をそのまま摂り入れることができ、吸収率の高い栄養補給源と言われています。観光案内所では、お手元でより長く保存していただけるよう冷凍で販売しますので、これからの季節は冷凍のままアイスのようにお召し上がりいただくのもとてもおすすめです。解凍する場合は、濃縮タイプですので、そのままですと「食べる甘酒」、水割りや牛乳割り、フルーツなどとミキサーして「飲む甘酒」としてお召し上がりいただけます。賞味期限は解凍後冷蔵で10日間です。

ノンアルコール、ノンシュガーなので健康のお守りにも。お薬代わりにどうぞ。



天然麴の通販 と 手作り発酵食教室

Hakko Class. 塚本 麻里

HP <https://tsuku2.jp/hakko-class>

TEL 090-3386-0290

FB <https://www.facebook.com/HakkoClass>

▲「いいね！」お願いします！