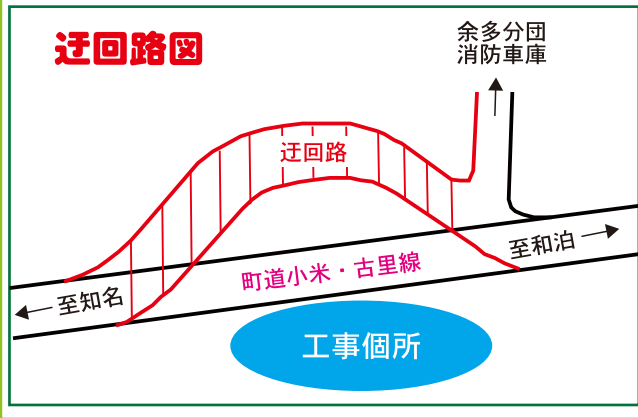


## 国営地下ダム事業に伴う道路規制について

沖永良部農業水利事業（地下ダム事業）右岸排水路（浸透池）等の工事に伴い、町道小米・古里線の一部について、以下のとおり迂回路が設置されます。

工事期間中における、町民の皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

- 工事名 平成 25 年度沖永良部農業水利事業 右岸排水路（浸透池その 2）他工事
- 迂回路設置予定期間 3 月から 7 月頃まで
- 発注者 九州農政局沖永良部農業水利事業所
- 受注者 株式会社 元栄建設  
電話 (93)3376



### 大藏 忠士氏が 瑞宝双光章を受章

知名字の大藏忠士氏が、このたび瑞宝双光章を受章され、1月15日、町長室において、叙勲の伝達が行われました。

大藏氏は、昭和17年の与論村那間小学校助教を皮切りに、与論、知名、曾於郡大隅町岩川小学校で教諭として教鞭をとり、昭和49年に笠利町節田小学校で校長に抜擢され、昭和60年知名小学校校長で退職されました。

大藏氏は、永年にわたり、離島へき地教育の研究・研鑽に努め、初等教育の振興に尽力されました。

## 国保でHOT!! シリーズ3

今月のテーマは  
データからみる本町の生活習慣病の実態【高血圧編】

国保でHOT!!では、年々増加している糖尿病・高血圧・脂質異常症等の発症予防や、重症化及び合併症への進行を防ぐため、毎月、さまざまな情報をみなさんへお届けします。

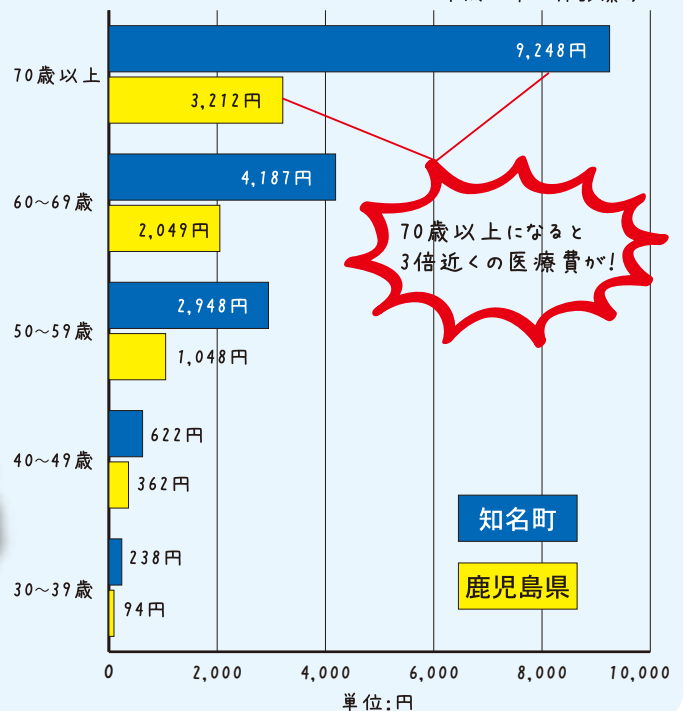
問 保健福祉課 (84)3153

生活習慣病のひとつである高血圧の一人当たり医療費は、県下平均と比較すると、右図のように、50、60歳代で約2倍、70歳以上になると、なんと3倍近くとなっています。医療費全体では、約14.5%を高血圧性疾患が占めています。

生活習慣病は、普段の何気ない、ちょっとした心がけひとつで発症を予防したり、重症化及び合併症への進行を防ぐことができます。

### 高血圧疾患に係る 1人当たりの医療費

平成25年11月診療分



### 「酢」がおすすめです。

お酢は食事に取り入れると、血糖値を下げ、血液をさらさらにする効果があり、また血液中のコレステロールを下げ、免疫力をアップさせる嬉しい効果もあります。

一番好まれている飲み方は、水と酢、蜂蜜を10:1:1の割合で作る飲み方です。水の代わりにソーダ水で作れば暑い時期にもおいしく飲むことができます。

お酢を健康や高血圧の予防、改善のために効果的に摂取する方法を見つけてください。



お酢  
酢  
め  
で  
酢!

