

健康増進計画 推進キャラクター

“ケンゾウレンジャー”お役立ち情報 ～健康管理編～

★健康増進計画(後期)における「健康管理」の目標は

- 健(検)診・保健指導を受けよう
- 生活習慣病の発症・重症化を予防しよう



南九州市の健康の課題と医療費

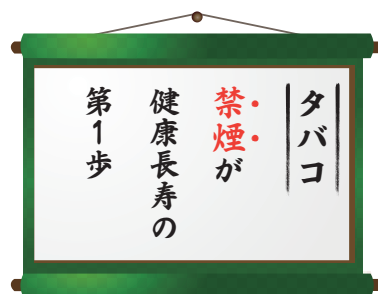
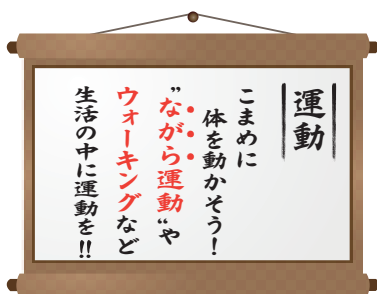
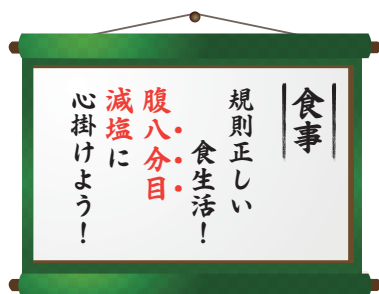
市は県内でも脳血管疾患で亡くなる方が男女とも多く、また医療費では生活習慣病である高血圧、腎不全、糖尿病は国保の通院医療費の約4割を占めています。

これらの生活習慣病の多くは「沈黙の病気」とも言われ、自覚症状がほとんどないまま進行します。体の中では動脈硬化が進み、やがて脳卒中や心臓病、腎臓病といった生命に関わる重大な病気につながります。

大きな病気へつながらないように、それを食い止めることを重症化予防といえます。

生活習慣病の発症や 重症化を予防するために

- ☆ 定期的に健診・がん検診を受けて健康状態を確認しよう!
- ☆ 保健指導は生活習慣を見直すチャンス。積極的に活用しよう!
- ☆ 現在治療中の方 → 自己判断で中断せずに治療を継続しよう!

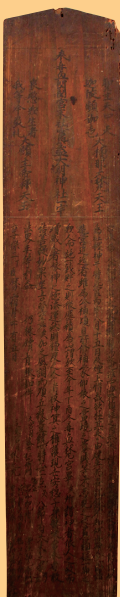


水曜日は運動の日
南九州市健康増進計画

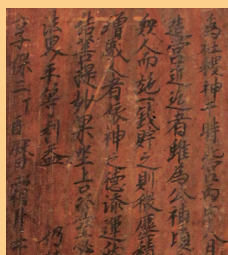


【お問い合わせ】 川辺保健センター 0993-58-3223
知覧保健センター 0993-58-7221
額娃保健センター 0993-36-1111

▶金蓋神社の棟札



▶金蓋神社



▲棟札に記された文字

このように棟札は、建物がいつ、誰によって建てられたのか、どのような人々が関わったかなど、その時代の地域の歴史を知る大事な記録資料にもなっています。

棟札とは、神社やお寺、民家など建物の建築・修築の際の記録・記念として、屋根裏の棟木などに取り付けられた札のことを言います。

金蓋神社の棟札は、江戸時代金蓋神社の宮司であった藤下家に代々伝わったもので、全長約103.5cm、上幅約21cm・下幅約18cm、厚さ約0.7cmの木製です。社殿が享保元(1716)年に焼失し、翌年再興した経緯が記されています。島津光久(薩摩藩主)の庇護の下で、補修などを行っていました。その後、地域の信仰によって支えられていたことが記されています。また当時の宮司や大工の名前まで記されています。

かまふた
金蓋神社(射楯兵主神社)の棟札
むなふた

額娃歴史民俗資料館
れきみんかんだより⑫

