



「第2回 広野町ふるさと創生大学」を開催しました!

先月号から開始させていただいたこの「広野町ふるさと創生大学通信」。今回は10月15日に開催した第2回の授業風景を掲載します。



丹野純一教授

第2回授業は、福島県立ふたば未来学園高等学校初代校長・丹野純一先生が「ふたばの子どもたちと共に未来をつくる」を講演しました。



第2回授業の様子

授業では、広野町に設立されたふたば未来学園が今後どのように広野町をはじめとする地域の子どもたちと関わっていくか、広野中学校との連携授業、先生と生徒たちの意識、双葉地区教育の再興など、具体的な教育施策と今後の展開について講義がありました。

この授業の内容は、次号に受講者の感想などを掲載することでお伝えします。

第1回授業 ニック教授による「海外からみる広野町」を受講して

私は、ニック先生の授業をすごく楽しみにし、この大学に入学しました。テレビなどで、外国の若い方たちが日本人の私よりも日本文化に興味を持ち、「日本に滞在したい」と日本語を勉強している姿を見て、実際に外国の方からはこの日本、この広野町はどのように映っているのか知りたいと思っていました。「海外からみる広野町」を受講してみて、海外では「フクシマ」がこんなにも歪んで映っていたということに驚きました。しかし、考えてみると日本国内でさえ、他県では海外の方の「フクシマ」と同様に感じている方も多いのかもしれない。ニック教授は「福島は美しく魅力的な場所」と言ってくださり、その力強い言葉に感謝と期待でいっぱいになりました。美しい福島県とこの広野町を愛する私も、「ふるさとの明るい未来を信じている一人」だと改めて確認することができました。

広野町ふるさと創生大学第一期生 氏家 タカ子

まず、私にとって故郷に対する「考え方」と「想う気持ち」、そして「心の持ち方」を改めて考える機会を与えていただいた授業でした。

外国から見た日本（フクシマ）と現実の福島の日常。

私たちが住んでいる「今の広野町」の良さを見つけ、今まで以上に広野町に誇りと愛情を持ち、積極的な情報発信をすることが大切と感じ、また、ふるさとのため自分にできることを見つけ、始めていこうと考えました。私は、震災後に外からこの町を見ることになり、この町の本当の良さを忘れていたことを気付かされました。

日本の文化、自然、技術と素晴らしいものがたくさんあるこの国、この町で、自分が実際に体験して多くを感じることが大切であり、それはここふるさとを誇れることにつながることを教えていただきました。

広野町ふるさと創生大学第一期生 平野 喜重子



第1回授業 (9月17日開催)

ニコラス・デイヴィッド・エヴァンス教授

今年度は全4回の構成で授業を実施します。
興味のある人はお気軽にお越しください。
また、傍聴を希望する人は下記までご連絡をお願いします。

<連絡先> 広野町生涯学習課（公民館内） ☎0240-27-3244

Dr.橋本の健康コラム⑦

「急に寒くなる季節は 心筋梗塞や脳梗塞にご用心」

寒さは交感神経の緊張とストレスホルモン分泌を促し、血管収縮と急激な血圧上昇を引き起こす結果、動脈硬化に起因する心筋梗塞や脳梗塞を引き起こしやすくなります。

●身近な危険を知りましょう



寒さは誰でも嫌なものです。高血圧の方は特に要注意です。急性心筋梗塞症の発症は、降雪日、5℃以下の寒冷時、1日のうち10℃以上の気温の変動がある日に頻発することが知られています。



特に、温度の急激な変化には注意が必要です。

部屋の中と外気との温度差	寒い脱衣所と熱いお風呂との温度差	寒いトイレでのいきみ
--------------	------------------	------------

部屋を暖め過ぎない、脱衣所やトイレにも暖房をする、外出時の服装など対策が重要です。

●食品からの塩分摂取にも気を付けましょう



冬に美味しい鍋や汁物、おでんなどは塩分が多く含まれます。摂り過ぎには要注意です。野菜や豆腐の豆乳鍋などうまみを多くして、塩味を薄くする工夫も必要でしょう。また毎日野菜、適量のミカンやリンゴなどの果物を摂ることも、腎臓からの食塩排泄を助け、血圧を上がりにくくします。



なにより大切なのは、普段から血圧・脂質・血糖などのコントロールをよくしておくことです。コントロールが良ければ、たとえ寒さで血圧が上昇しても心筋梗塞や脳出血など命にかかわる合併症は極めて起きにくくなります。健診を受けて、自分の血圧、脂質、血糖、腎機能を把握し、予防に努めましょう。

公立大学法人福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター 健康診査・健康増進室 室長 橋本 重厚

医療機関ほか診療日時状況（平成27年11月24日現在）

●高野病院 ☎0240-27-2901 月曜日 9:00~12:00 火曜日 9:00~12:00 木曜日 9:00~12:00 金曜日 9:00~12:00 土曜日 9:00~12:00	●馬場医院 ☎0240-27-2231 月曜日 9:00~12:00 14:00~18:00 火曜日 9:00~12:00 14:00~18:00 木曜日 9:00~12:00 14:00~18:00 金曜日 9:00~12:00	●広野薬局 ☎0240-27-2265 月曜日 9:00~12:00 14:00~18:00 火曜日 9:00~12:00 14:00~18:00 木曜日 9:00~12:00 14:00~18:00 金曜日 9:00~12:00
●新妻歯科医院 ☎0240-27-4020 火曜日 9:30~12:30 13:30~18:00 木曜日 9:30~12:30 13:30~18:00	●花ふさ苑 ☎0240-27-1755 面会時間 8:30~18:00	