

市民投稿



たから 柴田ななみさん・晃瑠<ん・ひよりちゃん

いつもにぎやかな我が家に長男の晃瑠が仲間入りしました。日々、大きくなっていく晃瑠をあれこれお世話してくれる優しい2人のお姉ちゃん。これからも思いやりを大切に、3人仲良く頑張ろうね。

柴田 寛之さん (小丸山台)

集まれ!みらいの天才画家

「第18回未来に残そう書い海・海上保安庁図画コンクール」優秀作品を紹介

将来を担う小中学生に美しい海の必要性を考えてもらうこと、また、海上環境保全の普及啓発活動の一環として図画を募集しました。各部門の優秀作品を紹介します。

七尾海上保安部長賞



小学校低学年の部 山王小学校 1 年

はこやま こうせい 横山 康晴さん

カクレクマノミとイソ ギンチャクがかわいい。 みつけてね。



中学生の部

七尾東部中学校 2 年

高橋愛果さん

青く美しい海で、人も海の 生き物も共に安心して 生きていけるように…。

(公財)海上保安協会七尾支部長賞



小学校低学年の部 山王小学校 1 年 *** だ ねね **空音**さん



小学校高学年の部 山王小学校 4 年 ^{みやした} たいき **宮下 太希**さん



中学生の部 七尾東部中学校 1 年 こ ききがわ ふう が **小崎川 楓雅さ**ん

食」からはじまる、笑顔の毎日

~自分の意思で予防できます~

です。 り、死亡原因の約6割を占めてい 患や心疾患などの循環器疾患があ なものにがんや糖尿病、 行に深く関わっています。代表的 などの生活習慣が、その発症や進 食生活や運動、 よって引き起こされる生活習慣病。 2月は全国生活習慣病予防月間 長年にわたる生活習慣に 休養、喫煙、 脳血管疾 飲酒

が現状です。 をいいます。 ことで引き起こされる病気のこと 酸素や栄養を送る冠動脈が細く です。虚血性心疾患とは、心臓に その中でも高額な医療費がかかり、 七尾市でも年々増加傾向にあるの を引き起こす原因となる高血圧は 筋肉に十分な血液が行き渡らない なったり詰まったりして、心臓の 最も人数が多いのは虚血性心疾患 のも生活習慣に関するものです。 また、医療費の約3割を占める あらゆる循環器疾患

> うに支援しています。また、地区 課題に気づいて、具体的に実行す ことができるか、家族で一度話し 活習慣病予防教室も行っています。 る力を身につけることが出来るよ 皆さんが生活習慣における自身の ぐことが可能です。健康推進課は を見直すことで、 みんなが健康でいるためにどんな たりする機会が増える高校生に生 これから自分で食を選んだり作っ の食生活改善推進員と協力して、 生活習慣病は食生活や運動など 発症や進行を防



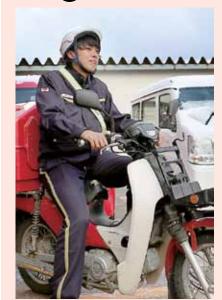
担当:健康推進課 高瀬・山田



UP

FRESHMAN!! 2018 vol.10

合ってみませんか。



シュしています。 理想の人は?

らしている野球でリフレッ

とも好きで、小学生の時か

います。また、体を動かすこ いるときにのんびりと見て が好きで、映画館が空いて

冬の配達では、温かいものを

い人が多いところです。寒い

差し入れてくれる人がいて

また頑張ろうと思えます。

将来の夢は?

です。新入社員をはじめと きて、人から信頼される人 周りに気を配ることがで

て、雄大な自然に触れたいで

屋久島の縄文杉を見たりし

ね。北海道の流氷を見たり

日本一周をしてみたいです

仕事は?

行つています。

の上司が憧れです。

七尾の好きなところは?

落ち着いていて、心が温か

仕事もしっかりこなす職場

して皆に気を配り、自分の

七尾郵便局で配達業務を

趣味は?

映画鑑賞です。特に洋画

21歳)

輝け!ななおの 寛太さん(中島町宮前:かん た













記 集 後

第1消防団の出初め式を取材したときに、御祓川で一斉 放水する消防団員の様子を見ようと、対岸にはたくさんの 市民の姿が。消防団に期待を寄せる市民の思いを感じま した。今年1年、火災や水害などが起こらないことを願う年 始めとなりました。(堤)

十数年前に成人式を迎えた時、祖父母と両親に手紙を きました。人生の節目に「ありがとう」を伝えなければと い頑張って書きあげたものの、恥ずかしくて手渡し出来 ず、大学に戻る電車に乗るために家を出るときに置き逃げ しました。詰めが甘かったなと反省です。(酒井)

編