

元氣予報

おかむら やすなり

今市医師団幹事 岡村整形外科 岡村 保成

運動器検診について

平成28年4月から運動器検診が学校で開始されました。現代の子どもたちは、運動のやり過ぎによるスポーツ障害と、運動不足による体力の低下との二極化が深刻な問題となっています。現代の子どもの1〜2割は何らかの運動器疾患を有するといわれています。そこで、運動器の健康状態の把握や疾患、障害を早期発見するために、この検診が始まりました。

運動器とは骨や関節、筋肉、靭帯、腱、神経などを支えたり動かしたりする器官の総称です。運動器疾患・障害とは運動器に関係したけがや病気、障害のことを指します。これには脊柱の変形（側弯症）や腰痛、骨折、捻挫、スポーツ障害、肉離れなどが含まれます。

運動のやり過ぎによる障害や骨折などの外傷は、早期発見できないと治療が難しくなってしまう場合があります。また側弯症も早期発見により、手術に至らず治療する可能性が大きくなります。

運動不足による障害は、朝礼で立ってられない、雑巾がけができない、ボールが投げられない、足がすぐつってしまうなどといった、日常生活の中に症状が現れてきます。この中には、ただの運動不足もありますが、内科的な疾患で筋力の低下をきたしている場合や、骨の変形などが隠れている場合も考えられます。

運動器検診は、家庭・学校・学校医によるトリプルチェックをすることにより、運動器の障害を見落とさないよう、また、早期発見できるようなシステムになっています。さらに、2次、3次検診のシステム整備により、異常がある子どもをより専門性の高い治療につなげることができるようになりました。

検診は、疑いのある子どもを、正確な診断が受けられるように導くものなので、異常が指摘されてもその後の検査で問題がない場合も多くあります。皆さんができることは家庭でのチェックです。分からないことや不安なことがあれば学校の先生と相談し、検診に臨むようにしてください。

市民文化

川柳

眠れない熊も出てくる温暖化

選者

大橋芳明

縁起物迷った揚句また熊手

宇賀神サク子

沈黙と言う字が似合う雪しぐれ

植竹勝

梅祭り今年は孫の車椅子

北崎君

大関がだんだん欠ける大相撲

櫻澤総一

俳句

選者

須藤火珠男

初日待つ禰宜も焚火の輪の中に

湯沢くに

福は内の声を聴いてや沢カジカ

池田三夫

白梅や小江戸を謳ふ蔵の町

白土武夫

場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) ☎22-2299	4月15日(水) 午前10時30分～11時15分	◎親子ふれあい歌あそびを楽しもう！ センターの職員と一緒に、手あそびや体操、簡単なゲームなどで楽しく過ごしましょう。おみやげもあります
	4月21日(火) 午前10時15分～11時45分	◎ママのミニ学習会「こころ編」～乳幼児期ってどんな時期？～ 乳幼児期の子どもの心の発達、かかわり方について学習します 講…丸山隆氏(臨床心理士) 定…20名 申…4月17日(金)まで ※お子さんを預かります
	4月23日(木) 午前10時30分～11時30分	◎アートキッズ～シールを貼ろう！～ 親子で簡単な制作をします。事前の申し込みは必要ありません。いっしょに楽しく作りましょう
	4月25日(土) 午前10時30分～11時45分	◎親子で楽しもう！～こいのぼり制作～ こどもの日にちなみ、親子でこいのぼりを作ります 定…20組 申…4月15日(水)まで
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) ☎54-3001	4月15日(水) 午前11時15分～11時45分	◎音楽であそぼう！ わらべうたや親子のふれあいあそび、簡単なリズムあそびなど、大人のひざの上や抱っこ、おんぶでも楽しめます 講…川出朋子氏 ※年齢、月齢、障がいに関係なく参加できます
	4月20日(月) 午前11時15分～11時45分	◎えいごであそぼう！ 親子でふれあいながら、英語のあそび歌や読み聞かせを楽しみます 講…アンナ・グリーンロー(市国際交流員) ※年齢、月齢、障がいに関係なく参加できます
	4月23日(木) ①午前10時30分～11時30分 ②午後1時～2時	◎こどもの日のついで みんなで歌をうたい、簡単なこいのぼりを作ります。楽しいおはなし会もあります
鬼怒川親子ふれあいひろば (清流保育園内) ☎25-6413	4月3日(金) 午前10時～正午	◎オピニオンリーダーのひだまりサロン～お花見ピクニック～ 桜を見ながら散歩をします 講…家庭教育オピニオンリーダー藤原支部 費…50円 ※お茶の用意があります
	4月21日(火) 午後1時30分～2時 (時間が変更になりました)	◎えいごであそぼう！ 親子でふれあいながら、英語のあそび歌や読み聞かせを楽しみます 講…アンナ・グリーンロー(市国際交流員)
	4月中 午前10時～午後2時	◎月間行事～こいのぼりをつくろう！～ 親子で簡単なこいのぼりを作ります。ひろばでいつでも作れます
足尾親子ふれあいひろば ☎54-3001	4月13日(月) 午前10時～正午	足尾認定こども園の園庭で園児の皆さんとあそんだり、お部屋の中でスタッフとあそんだりします。読み聞かせタイムもあります



作品を募集しています
氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メール(nishokouhou@city.nikko.lg.jp)で応募ください(二重投稿不可)。漢字には、必ずふりがなを明記してください。
応募先およびくわしくは
秘書広報課 広報広聴係
〒321-1292 日光市今市本町1番地
☎(21)5135・FAX(21)5137

往きゆきて蠟梅まとう迷い径
神村元子

睦まじく水脈引く鴨や水温む
齋藤靖彦

短歌

選者 川田美佐男

八十を幾年過ぎし義兄ひとり入院妻思い白菜漬ける
吉原由美子

卓に着き孫が宿題音読に耳と盃傾けて春
阿久津年秀

北向きに歩く他なき我家へと衿さらりに立て寒の駅よ
松井佐都未

葉牡丹のフリルに宿る緩やかさ師走の朝を落ちつかせおり
齋藤和江

ふるさとの細き砂利道なつかしく思い出してる古きアルバム
渡辺文夫