

❓ 今日は何の日？通信 ❓



～10月編～

10月28日は「群馬県民の日」

10月28日は当院がある群馬県の「**群馬県民の日**」です！

1985年3月30日に制定されました。

1871年10月28日(旧暦)、廃藩置県により「群馬県」という名称が初めて使われました。郷土の歴史を知り、郷土についての理解と関心を深め、自治の意識を高めるとともに、より豊かな郷土を築き上げることを期する日です。

新暦では12月10日に当たり、年末で慌ただしい時期に当たってしまうこと、山間部では雪が降り始める時期であることなどを考慮して、旧暦の日付とされました。この日は県内の公立学校などが休みになり、県内各地で記念事業やイベントが実施されます。

群馬県と聞いて皆さんは何を思い浮かべますか？

「ぐんまちゃん」「こんにゃく」「おきりっこみ」「上毛かるた」色々ありますね！

温泉も有名で水上温泉・四万温泉・万座温泉があります。**一泊の人間ドックをご希望されると伊香保温泉、老神温泉にお泊りすることも可能です(*^_^*)**

ちなみに、群馬名物のこんにゃくにも記念日があり、「5(こ)2(にゃ)9(<)」の語呂合わせから毎年5月29日が記念日になります！記念日があってよかった…(^-^;) 蒟蒻に含まれる食物繊維は、腸内の有害物を排出し、血圧やコレステロールを下げる働きもあるといわれています。また、血糖値上昇抑制効果もあります。蒟蒻のカロリーは非常に低く、ダイエット食品(健康食品)としても人気があります。

健診や人間ドックを受けていて血糖値が気になる方や、糖尿病の心配がある方は『**マイナイチンゲール**』という検査がおすすめです。

マイナイチンゲールとは、「今の体の状態を調べる」従来の健康診断とは異なり、「将来の生活習慣病リスク」を予測して予防に活かす新しい形の血液検査です。100点満点形式でスコア化することで、健康に向かっているかが一目で分かるように工夫されています。

心血管疾患・糖尿病の将来のリスク等が気になる方はぜひこの機会に試してみたいかがでしょうか。



マイナイチンゲール **11,350円**

群馬バース病院健診センター 0278-52-3601(直通)

