

谷浅見
地区

おもしろ凸凹絵の具「ディンプルアート」

今回は、高野辰夫さん(谷浅見)が実施している「ディンプルアート教室」を取材してきました。

「ディンプルアート」とは、自動車のフロントガラス廃材のリサイクル技術の研究から生まれた新しいタイプの絵の具で、ガラスやプラ板などのツルツルした表面に塗りつける（絵を描く）と、不思議なことに乾くと、さざなみ模様（ディンプル模様）が出現します。まさにSDGsですね。

参加者の皆さんは「どんな作品になるか楽しみ〜」「集中していると嫌なことを忘れられるわ（笑）」と、とても和やかな雰囲気で行われていました。



ディンプルアート ギャラリー



ディンプルアート工房
公認インストラクター
高野 辰夫 氏

2005年に商工会祭りでのディンプルアート体験をしたのがきっかけで、ディンプルアートにのめり込みました。その後ディンプルアートインストラクターを取得、現在では市内の小学校や各種イベントで体験会を行い、普及活動を行っています。

また、自宅の離れを使用し、定期的にディンプルアート教室も行っています。ディンプルアートは、絵が描けない方でも、色塗りから楽しめるアートですので、お気軽にご参加ください。

健康診査を受診しましょう

健診は、体の状態を確認し、異常を早期発見できる大切な機会です。

年に1回受診し、結果を確認しましょう。

また、日々の生活習慣を振り返り、毎日の健康づくりに取り組むことも大切です。

本市では、**糖尿病検査の要指導・要精検**が多く、受診者の**50%**を超えています。

糖尿病への対策は、市だけでなく、国や県も力を入れて取り組んでいます。

○市の健康診査について

- 個別健診：6月から開始
※75歳以上の方が対象です
- 集団健診：5月から開始
※3月から申し込みができます



◎毎日の健康づくりには、**食事・運動・休息**が大切です。
まずは、生活習慣の振り返りから始めましょう♪

○健診結果を確認する時のポイント

- 異常なし…前回の結果と比べる
- **要指導** …生活習慣を振り返る
- **要精検** …必ず一度は医療機関を受診する