

# Utama kesihatan, jaga pemakanan

UB 12.07.2012 B1

Oleh **KENNEDY CORLLEUS**  
kentjunior92@gmail.com

**M**ASYARAKAT setempat diingatkan agar sentiasa mengutamakan kesihatan dan pemakanan sihat sepanjang masa.

Exco Penerangan Sabah, Datuk Sapawi Ahmad, ketika membuat saranan itu berkata sikap negatif segelintir masyarakat yang tidak mementingkan kesihatan harus diubah demi mengelak penyakit tidak diinginkan yang kebanyakannya berpunca daripada amalan hidup tidak sihat.

“Penyakit boleh di jauhi sekiranya kita mempunyai kesedaran dan kefahaman tentang gaya hidup sihat selain kita perlu mengubah sikap kita.

“Kita juga perlu menjadikan amalan gaya hidup sihat satu budaya dalam diri dan keluarga kita serta diterapkan dalam kehidupan seharian agar hidup lebih bermakna,” katanya.

demikian ketika berucap merasmikan majlis penutupan Mini Karnival Pemakanan Sihat di Sipitang.

Hadir sama Adun Lumadan, Kamarlin Ombi; Pegawai Operasi Unit Pendidikan Pra Sekolah kanak-Kanak Tadika, Marisa Assin; Pegawai Kemas Sipitang, Hasbullah Abdul Hamid; Penyelia Kemas Parlimen Sipitang, Aminah Ghafar dan penceramah jemputan, Fazlini Mohd Fadzwi iaitu Pensyarah Sekolah Sains Makanan dan Pemakanan UMS.

Menurutnya, kerajaan begitu serius dalam menangani penyakit-penyakit berbahaya selain meningkatkan komitmen untuk memberi perkhidmatan yang menyeluruh.

Justeru katanya, kerajaan Barisan Nasional (BN) sentiasa mengambil berat tahap kesihatan rakyatnya dengan menyokong dan mengalukan program seperti Karnival Pemakanan Sihat



**SAPAWI** tertarik dengan hasil kraftangan bertemakan replika gasing.

yang diadakan di daerah ini.

“Ini adalah kerana kita percaya program sebegini dapat memberikan banyak manfaat kepada masyarakat dari segi kesihatan, seterusnya berupaya menyumbang kepada kemajuan serta kemakmuran negeri keseluruhannya.

“Semua lapisan masyarakat di negeri ini amnya dan warga Sipitang khususnya perlu mengambil peluang ini demi meningkatkan kesedaran dalam amalan gaya hidup yang sihat demi kebaikan dan kesejahteraan bersama,” katanya.

Sapawi yang juga Ahli Parlimen Sipitang berkata beliau melihat aspek kesihatan dalam kehidupan seharian sebagai salah satu aset yang amat penting dan harus diberikan perhatian sewajarnya.

Oleh itu katanya, pelbagai program telah dilaksanakan bagi memberikan pendedahan tentang kesihatan khusus untuk memberikan kesedaran dan tanggungjawab menjaga kesihatan demi kesejahteraan hidup masyarakat di sini.

“Percayalah, kesihatan yang baik juga dapat menjamin keharmonian kehidupan kita sekeluarga.

“Kejahilan kita tentang pentingnya menjaga kesihatan dan sikap kurang mengambil berat soal kesihatan diri akan menyebabkan pelbagai



**SAPAWI** diperhatikan oleh Marisa menyampaikan hadiah kepada salah pelajar Kemas di majlis itu.



**SEBAHAGIAN** kakitangan Kemas dan ibu bapa yang hadir di majlis itu.

risiko penyakit yang lebih serius kerana dibiarkan tanpa rawatan sewajarnya.

“Kita tidak boleh beranggapan bahawa tubuh kita sentiasa kebal dan akan sentiasa sihat selalu dan memandang remeh akan sakit

yang sedikit itu,” katanya.

Justeru itu, amat penting masyarakat mengambil berat tentang aspek kesihatan diri dan sentiasa merujuk kepada klinik kesihatan terdekat untuk mengetahui tahap kesihatan diri masing-masing.



Beliau berkata

**SEBAHAGIAN** askar wataniah Sipitang menderma darah pada majlis itu.



**SAPAWI** melihat risalah yang dipamerkan di gerai Kemas Sipitang.