

熱い想いで活動中!!

「水巻町の健康づくり推進協議会」

町では、健康づくりの基本となる「いきいき健康みずまき21」と町の食育計画「いきいき水巻食育推進計画」を策定しています。この計画の目標を達成するために、町民の代表者で構成されたのが「水巻町の健康づくり推進協議会（以下「協議会」と表記）」です。その活動について紹介します。



▲会議の様子。白熱した議論が繰り広げられます。



▲さまざまな立場から参加している13人の協議会委員。

こんにちは保健師です

1 健康について 真剣に向き合う

協議会は、「いきいき健康みずまき21」「いきいき水巻食育推進計画」の目標を達成するために13人のメンバーで構成されています。町内の下記の関係団体や公募で参加している人など、さまざまな立場から、町民の健康づくりを支援するために議論をしています。

協議会加盟団体の一部を紹介

水巻ゆう・あい倶楽部

未就学児から高齢者まで一緒に楽しく運動しています。無料体験も行っています。

●問い合わせ 水巻ゆう・あい倶楽部（総合運動公園管理棟内） ☎ 701-7741

水巻町老人クラブ連合会

様々なレクリエーションや料理教室で健康づくり、生きがいづくりを支援しています。

●問い合わせ 水巻町老人クラブ連合会事務局（さくらホール内） ☎ 202-3044

2 健康について できることを議論する

各計画は、誰もが健康的な生活を実現するために、生活習慣の見直しや、具体的な数値の改善などを無理することなく、少しの意識と努力で実践・改善できることを目標にしています。

協議会では、この目標を実現するために、各団体や各委員が実施していることについて情報共有したり、計画の進捗状況を報告したりしています。

「どうすれば朝食を食べる人が増えるのか」

「健診を受ける人を増やすために何をするのか」

「血圧の高い人の数値をどうやって改善するか」

など、各団体の立場からできることを考え、目標達成に向けて取り組んでいます。

詳しい計画目標は町ホームページで確認できます。



3 日々の生活で健康を意識する

健康づくりは、お腹の中の赤ちゃんから始まり、高齢の人まで全ての人に取り組むものです。協議会で策定している指標は、身近な生活習慣の見直しなど、小さいことから始められることばかりです。この機会に、目標と比較しながら、家族や友人と健康について話してみましょ。

協議会会長・那須政男さんに話を聞きました

健康づくり活動を通して、健康のために町を挙げて頑張らなければと感じています。水巻町は、健康への第一歩である特定健診の受診率が低く、高血糖や高血圧の人の割合が多い状況が問題となっています。



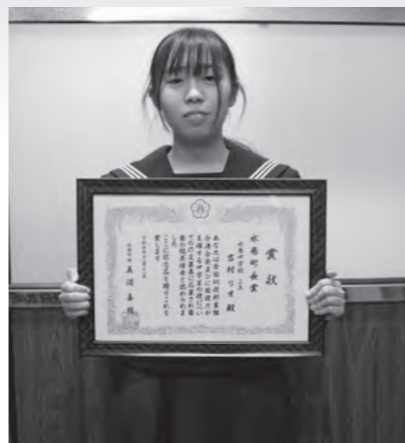
健康こそ財産です。健康のために、広報みずまきの健康に関する記事を読むことや、朝食と運動の習慣化・健診の受診・禁煙など、生活習慣を改善すれば健康になれると信じて一緒に頑張りましょう。

●問い合わせ いきいきはーる健康課 ☎ 2022局3212番

あなたの周りの出来事や身近な話題をお待ちしています

まちのわだい

Town's Topics



水巻中学校3年生

題名「全国民の募金活動」
吉村リオさん



水巻中学校3年生

題名「災害疫病の時の税金のつかわれ方」
岩永智伶さん

水巻中学校3年生の2人が受賞

税の作文表彰

12月7日、国税庁が税の知識や理解を深めることを目的として実施している「税の作文」コンクールで、水巻中学校の3年生2人が「水巻町長賞」を受賞し、表彰されました。



12月10日、遠賀総合運動公園（遠賀町広渡）で「第58回遠賀郡ロードレース大会」が開催。小学生からシニアまで、遠賀郡内のさまざまなランナーが練習の成果を發揮しました。結果は以下のとおりです。（敬称略、優勝・準優勝者のみ）

●小学生の部【1年男子】②藤野岳【2年女子】①大垣柚乃②宮久梨花【3年男子】①小野海晴②田中俊佑【3年女子】①岡琴美②山内華納【4年男子】①井上雄凜【4年女子】①木下愛結②大垣伶奈【5年男子】①岡可夢偉【5年女子】①金城瑠香②田島日向子【6年男子】②東木真真【6年女子】①末吉柑菜②海老翼沙●中学生【男子】①岡大翔●高校生以上【男子】②古川歩【女子】①橋本玲菜●60歳以上【男子】①益田栄生

めざせナンバーワン！
遠賀郡ロードレース大会

みんなで育てた、ヒマワリの花
人権と青少年のつどい



12月2日、中央公民館で人権と青少年のつどいが開催されました。毎年12月の人権週間に合わせて開催される人権週間のつどいと小中学生スピーチフェアが合同で開催されるものです。この日は、小中学生の意見発表後、小学生が取り組む「人権の花運動」の活動報告、人権啓発シネマの上映を行いました。

人権の花運動の活動報告では、頃末小学校3年生の皆さんが、ニュース番組風に、司会役と現地レポーター役に分かれて報告。人権の花であるヒマワリを育てる中で学んだ「友達を大切にすること」・「自分を大切にすること」・「命を大切にすること」などの、思いやりの心を持つことの大切さを元気に発表しました。