

このころ豊かに楽しく
元気に暮らせるまちを目指して
津市健康づくり推進懇話会の取り組み



食事は3食しっかり
家族や仲間と楽しくおいしく
(修成幼稚園 給食試食会)

津市健康づくり推進懇話会
メンバー

- 医師会
- 歯科医師会
- 薬剤師会
- 商工会議所
- 勤労者
- 栄養士会
- 歯科衛生士会
- 食生活改善推進員
- 健康づくり推進員
- 母子保健推進員
- ラジオ体操推進団体
- UDまちづくりの会
- 体育関係
- 学校教育
- 幼稚園
- 保育所
- NPO子育て支援団体



会議の様子

皆さんは“健康”について、普段から考え、何か行動していることがありますか。津市健康づくり推進懇話会のメンバーは、健康に関する仕事やボランティアに携わる22人が市からの委嘱を受け、活動しています。

赤ちゃんから高齢者まで生涯にわたる健康づくりについて、また、楽しく元気に暮らせるまちを目指して話し合い、中でも、仕事や家事、育児に追われ、健康についての意識が薄れがちな働き盛りの世代への啓発に力を入れています。委員同士が情報交換を行いながら活動に取り組み、さらに委員自らの活動にも生かしています。

平成18年度から活動を始め、健康まつりや食彩フェスタなどのイベントでは、生活習慣に関するアンケート調査などを行い、食生活、運動、健診などの大切さをPRしてきました。皆さんからさまざまな意見をいただいたり、

健康づくりについて話したりする中で、皆さんに健康への意識を持ってもらえたような気がします。

また、ケーブルテレビや広報紙などでも健康づくりについて情報発信していますので、皆さんからの反響を楽しみにしています。

そして、今年度は3チームに分かれて、「生活リズム」「運動習慣」「たばこ」をテーマに取り組んでいます。今回は、これらの活動の一部を紹介します。



津市健康づくり推進懇話会
会長 岩崎泰彦さん