健康づくり県民運動市町村巡回キャラバンが、にかほ市へ

～秋田県民運動「皆で実現　健康寿命日本一」をめざして～

秋田県は、がんや脳血管疾患による死亡が全国ワーストとなっています。また、心疾患による死亡率も高い状況にあり、生活習慣病の克服が大きな課題となっています。

こうした現状の背景には、運動不足や塩分摂取の多さ、喫煙率の高さなど、本県に特徴的な生活習慣があり、行政のみならず民間企業や各種団体、地域住民等、県民が一体となって、それぞれの立場で健康づくりにつながる行動を起こすことが重要です。

高齢社会を迎えた今日、できるだけ健康で自分らしく過ごすために、健康寿命の延伸をめざして、地域ぐるみで健康づくりに関心を持ち、声を掛け合い健康長寿をめざしていきましょう！

秋田県は、「健康寿命日本一」をめざし、25市町村を訪ね県民の健康づくりを推進する巡回キャラバンを結成し、10月4日、にかほ市を皮切りに巡回をスタートしました。

にかほ市では、生活習慣を見直すことによる疾病予防対策や高齢者の介護予防など、健康づくりへの取り組み全般において、地域における普及活動の重要性を認識し、**「健康づくりを推進する人材を毎年50人、10年で500人育成する」**と宣言しました。

みんなで
健康寿命日本一
をめざそう！！

◎平成27年　三大生活習慣病による死亡率　（人口10万対）

	がん	心疾患	脳血管疾患
にかほ市	371.2	272.5	158.0
秋田県	408.3	209.2	154.0
全国	295.5	156.5	89.4

※秋田県衛生統計年鑑より

◎平成27年　服薬治療状況　（特定健診受診者　%）

	高血圧	糖尿病	脂質異常症
にかほ市	44.8	8.5	30.1
秋田県	35.6	6.9	24.0
全国	33.4	7.2	23.0

※特定健診結果、国保データーベース資料より

毎月1日号に掲載される「保健センターからこんにちは」も読んでネ

問合先　健康推進課　☎32・3000

終活って？どう生きるかを語る

～ 平成29年度男女共同参画講演会 ～

講師の望月一枝さん（写真・左上）

10月1日、望月一枝さん（日本女子大学客員研究員）を講師とした男女共同参画講演会がスマイルで開催され、市民ら約80人が聴講しました。

今回のテーマは、男女共同参画の観点から考える「終活」。望月さんは、人生の終焉に向けた事前準備として広まった「終活」という言葉が、現在では「ゆっくりじっくり自分を生きる」道を探す言葉に変わってきたこと等を、自身の経験などを交えながら語りました。

また、有志による恒例の対話劇も行われ、ある家庭の介護問題を一緒に考える機会になりました。

いつまでも健康で元気に

～ 平成29年度　にかほ市金婚式・敬老式 ～

9月28日から10月6日にかけ、各地域を5回にわけて「にかほ市金婚式・敬老式」が行われました。

敬老式では、多年にわたり社会につくしてきた、あわせて909人の方が出席し長寿を祝いました。続いて行われた宴会では地元の園児や地域婦人会による踊りが披露され、会場は大いに盛り上がりました。

また、金婚式では、強い絆で結ばれた12組の夫婦が出席し、長年連れ添ったパートナーと一緒に祝状の贈呈を受けました。これからも仲睦まじく過ごしていただきたいですね。

園児の余興で大盛り上がりの金浦会場（10月2日）

食や歌などで駅前を元気に！

～ 仁賀保駅前ぶらりフェス！ ～

「スコール」などの代表曲を熱唱する松本英子さん

10月7日、仁賀保駅前を歩行者天国にしたイベント「仁賀保駅前ぶらりフェス！」が開催されました。

このイベントは、仁賀保駅周辺の賑わいを創出することなどを目的に平沢ぶらり商店街振興会が主催。

駅前ロータリーに設けられた移動型ステージでは、秋田市出身の歌手・松本英子さんやアマチュアバンドが歌を披露。また、駅周辺の歩行者天国では飲食店ブースや路上ボーリング、道路へのお絵描きなど普段体験できないコーナーも設けられたほか、「100縁商店街」も開催され、その両方を楽しむ機会となりました。