

Walk

東区健康づくり実践情報誌

愛らんど2009



発行:東区健康づくり連絡協議会

東区保健福祉部健康・子ども課

目 次

★ 東区の健康づくり実践情報誌	
『Walk 愛らんど 2009』の発刊によせて	1
★ 各地区・団体の取組紹介	
鉄 東 地 区	2
北 光 地 区	3
北 栄 地 区	4
栄 西 地 区	5
栄 東 地 区	6
元 町 地 区	7
伏 古 本 町 地 区	8
丘 珠 地 区	9
札 苗 地 区	10
苗 穂 地 区	11
東区健康ふれあい推進会	12
東区食生活改善推進員協議会	13
★ 天使大学との交流	14
★ 健康づくりグループの紹介	16
(ヘルシーコミュニティグループ)	

「Walk 愛らんど 2009」の発刊によせて

東区におけるその年の健康づくりの総まとめとして、毎年実施してきた「健康づくりフェスティバル」は、今年度も天使大学のご協力をいただき、同大学の体育館を会場に実施することになりました。また同時に、東区健康づくり実践情報誌「Walk 愛らんど 2009」を発刊し、区民の皆様に提供する運びとなりました。この情報誌は、東区内の各連合町内会ごとに組織されている健康づくり活動を始め、その他の団体や、自主的に活動している小グループの情報も紹介されています。さらに天使大学との交流による地域健康づくりの連携についても紹介されています。

東区の健康づくり運動が本格的に始動したのは、平成9年度に設置された「東区民健康づくり懇話会」であり、その提言をもとに、それまでの「健康づくり運動推進地区指定」事業の充実や、地域ごとの健康づくりの組織の拡大が図られてきました。さらに平成11年度には、厚生労働省の「健康づくりモデル事業」が鉄東地区第15分区で開始されたのを契機に、各連合町内会ごとの健康づくりの組織化が促進され、やがて東区内10連町全体に及びました。そうした情勢のもとで、相互の連携と東区全体の健康づくり事業推進のため、「東区健康づくり連絡協議会」を組織して活動を進めているところです。

近年わが国の高齢化は急速に進み、世界における最長寿国になっております。それには医療技術の進歩や、その他種々の原因があると思いますが、中でも健康に対する意識の高まりと、積極的な健康づくりへの取り組みが、大きくかかわっているものと思います。「自分の健康は自分で…」を基本としながらも、地域の健康づくり事業には積極的に参加し、健康で明るい生活を送るために、この実践情報誌「Walk 愛らんど」が、皆さんのお役にたつことを願っております。

平成21年2月 東区健康づくり連絡協議会 会長 鷲岡 彰

私が平成18年4月に東保健センターに着任してから、早いもので3年になります。着任時より東区の健康づくり活動が、住民の方主体に地域全体で広く活発に進められていることにとても感心したことを覚えております。それから3年、今年度からは規約を一部改正し、全地区の代表者と健康づくりグループの代表者からなる運営委員会が組織され、健康づくりに関する情報交換および各種事業の各地区へのよりスムーズな情報周知が図られるようになりました。

現在わが国では、生活習慣病の増加が大きな問題となっており、その予防のため今年度よりメタボリックシンドロームに着目した特定健診、特定保健指導が始まり、日頃の健康づくりが益々注目されてきております。今年で6回目の発刊となるこの情報誌では、ウォーキングやパークゴルフ、大学と連携した健康教室など各地域の特性を生かした健康づくりの取り組みや、行事と関連した活動などが紹介されております。限られた紙面の中での紹介となりますが、この情報誌が元気な地域づくりを目指して活動する皆様の活力となり、健康づくり活動が地域の皆様一人ひとりに根付き、さらに大きく充実発展することを祈念いたします。

平成21年2月 東区保健福祉部保健担当部長 立野 佳子