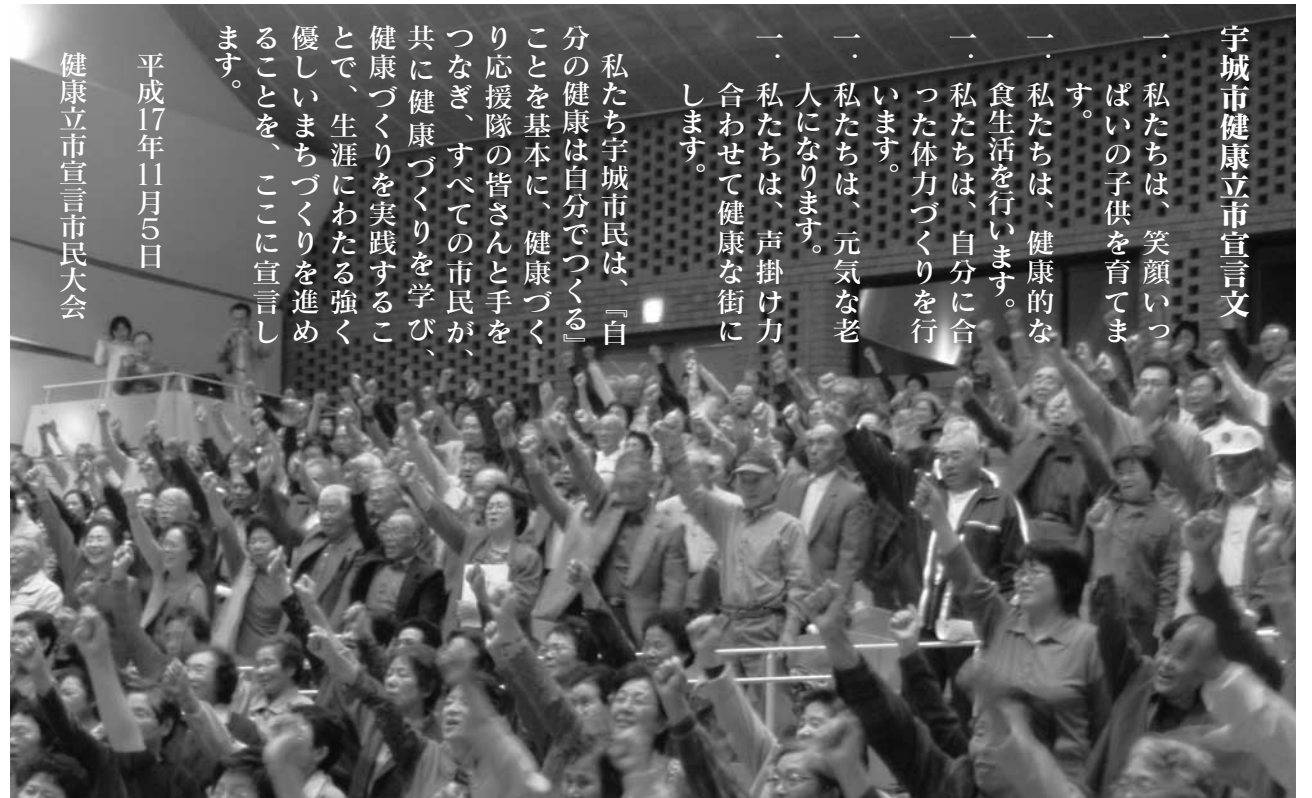


宇城市健康立市宣言文

- 一 私たちは、笑顔いっぱいの子供を育てます。
- 一 私たちは、健康的な食生活を行います。
- 一 私たちは、自分に合った体力づくりを行います。
- 一 私たちは、元気な老人になります。
- 一 私たちは、声掛け力合わせて健康な街にします。

平成17年11月5日

健康立市宣言市民大会



ついに完成！ 健康宇城市21計画書

市民代表32人・関係団体職域代表7人・行政代表20人の計59人が、世代別のワーキンググループ（7月11日～9月12日・計6回）で話し合いを進めながら作成した健康宇城市21計画書。

健康への熱い思いが込められ、さまざまな意見が反映されています。計画期間は10年間（平成17～26年）で、5章構成となっています。

また、現在実施中で今後も推進していく健康づくり事業・保健事業などについてもまとめています。

11月5日、6日に開催された「健康立市宣言市民大会」では、計画書のダイジェスト版を配布しました。本計画書は関係機関、団体などを通し、皆さんにお知らせする予定です。

計画策定までの経過を大事に、計画に沿って市民の皆さま

んとともに健康づくり活動を推進していきたいと思えます。

また、感染症・食中毒・災害・被害などが起きた際の市民の生命や、健康の安全に関する危機管理を、適切に行うことを目的とした「健康危機管理マニュアル」は現在策定中です。完成次第、皆さんにお知らせします。



→健康宇城市21ダイジェスト版は市役所健康づくり推進課に設置。各種行事の際に配布します。

問合せ先

福祉部健康づくり推進課

☎ 32-1111

（内線146・147）

幸せな人生を送るために、
私たちができることって何だろう？
—道しるべは「健康宇城市21計画書」に書いてあります—

「健康立市」樹立へ向けスタート

人生で最大の幸せ。それは健康で長生きすること。

日本で一番健康年齢が若く、長生きしている街。それは宇城市。

その高い理想郷に向かって、このほど健康宇城市21計画書を策定。

11月5日、6日には健康立市宣言市民大会が開催されました。

『おもしろい！』
『知らんかった』
『おいしい！』

健康立市宣言市民大会で聞こえた声です。

すべての市民が、健康で明るく元気に生活できる「理想のまち」を目指した「健康立市宣言市民大会」が、11月5日、6日の両日、ウイングまつばで開催されました。宇城市主催。

5日に文化ホールで行われた開会式には、市議会議員や嘱託員、健康づくり推進員、健康宇城市21推進協議会の会員などが出席。献血協力団体（1団体）、献血協力者（17人）、基本健診受診優良区（10地区）の表彰の後、阿曾田清市長が「この大会をきっかけに、健康の大切さ、ありがたさを考えてほしい。明るい笑顔、笑い声が聞こえる宇城市の実現

を目指します」とあいさつしました。

また、いすに座ったままでできる宇城市オリジナルの健康づくり体操「うきうき体操」を発表。観客たちは指導者から簡単な指導を受けた後、全員で音楽に合わせて楽しく体を動かしました。

続く6日は、ニュースポーツ体験、絵本読み聞かせなどの各種コーナーを設置したほか、糖尿病教室、ウオーキング教室、親子手作りおもちゃ教室、親子バームクーヘン作り体験、座禅体験といった各種教室を実施。

そのほか、健康測定や生活習慣チェック、ヘルスメイト（食生活改善推進員）によるおにぎり無料配布、トレーニング室の無料開放などもありました。

参加者たちはこの大会を通して、健康の大切さを認識するとともに、今後のライフスタイル（生活習慣）を見直す絶好の機会となったことでしょう。



会場内には日本に8台しかないMRI検診車が1台、CT検診車が1台展示されました。（写真左）
CT検診車の検診台に寝そべり、検診気分を味わう子どももいました。（写真右）

白寿（数え年99歳）を迎えても、なお元気な5人が登壇した「白寿のつどい」。「健康の秘訣は好き嫌いをせず何でも食べること」としっかりとした口調で答えると、客席から温かい拍手が。（写真右）／元気で長生き研究所所長と日本笑い学会副会長を務める昇幹夫氏の「笑いと健康」と題した講演で、大会の幕を閉じました。（写真左）

