



身体と心の健康に

「大野地域では、歩く楽しさを体験してもらう『交流ウォーキング』や、二区集会所で行っている『いきいき百歳体操』がとても人気です。以前は車で来ていた人が歩いて来るようになるなど、皆さんの変化を感じると、とても嬉しいです。また、『荀ができたよ』と持ち寄ったり、おしゃべりをしたりして、地域の顔の見える関係づくりにもなっています。最近は近所同士の関係が希薄といわれますが、健康づくりで隣同士をつなぐ方法をもっと探していきたいです」。

がんを経験して

「私は4年前に胃がんが見つかりました。がんになったことは、自分にとって貴重な経験です。だからこそ、『検診を受けよう』と周りに伝え、県や市が進める健康事業をより浸透させていきたいと思い、日々活動しています。健康自体が目的ではなく、『健康で何かをすること』が本当の目的です。これからも、皆さんが楽しみながらできる健康づくりを、市全体に広めていければと思っています」と、杉山さんが健康づくりに込める思いを話してくれました。

杉山義彦さんは、平成15年頃から、旧大野町で健康づくりの活動に携わり、合併後は市民の健康づくりを応援する団体「健康はつかいち21推進協議会」の委員として、さまざまな活動に取り組んでいます。

禁煙のススメ

「子どもにも禁煙に関心を持ってもらうため、旧大野町の頃から、小・中学生から禁煙標語とポスターを募り、市内各所で展示しています。今は健康はつかいち21に引き継がれ、市全体で募集をしています。また、5月31日の『世界禁煙デー』の

PRのため、市内の商業施設でティッシュ配りをしたり、毎月22日の『禁煙の日』には大野支所周辺に旗を立てたりしています。4月に公共施設での禁煙条例ができたことに合わせて、7月には、老人クラブでJ.A.広島総合病院の先生に条例の意味や受動喫煙の影響を伝える出前講義をしてもらう予定です。また、市内飲食店での受動喫煙防止に取り組みたいです。お祭りのような大きいイベントをして終わりではなく、大切なのは、地味でも日常的に活動を継続していくことだと考えています」。

電話での問い合わせ
せが難しい人は
☎0829⑩1059

目の不自由な人のため
■音声読み上げのための「広報はつかいち」テキスト版をホームページに掲載しています。
■「広報はつかいち」のキャストテープ、ダイジェスト版、点訳本があります。問い合わせ先 社会福祉協議会 ☎0294

はつかいら人 vol.41 廿日市市で輝く人を紹介します

すぎ やま よし ひこ
杉山 義彦 さん

健康はつかいち21推進協議会委員

人のうごき

		前月比
総人口	117,333人	(+118)
男	56,454人	(+79)
女	60,879人	(+39)
世帯	52,176世帯	(+99)

(令和元年5月1日現在、外国人を含む)

編集後記

今月のがん検診のお知らせを大きく掲載しました。これを見て少しでも多くの方が検診を受け、早期発見・治療によって救われる命が増えることを祈っています。(湊)

はつかいちし安全・安心メール配信サービス

☎ 危機管理課 ☎9102

災害情報や気象情報、国民保護情報などが届きます。

登録方法

- ①2次元コードを読み込むか、次のメールアドレスに空メール(件名・本文不要)を送信。
bousai.hatsukaichi-city@raidan.ktaiwork.jp
- ②登録用URLを記載したメールが届くので、手順に従って登録。
※メールの通信料金は利用者負担
※メールは、時間を問わず配信
※4月1日から多言語での配信開始



先日、実家に帰省すると「今年は(昨年の大雨で埋まったところが多くて)田植えが少ないんだよ」。もうすぐ雨の多い季節。災害にはしっかりと備えておきたいです。(石)