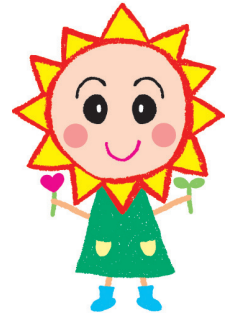


『健康』ってなんだろう？

ご存知ですか？『健やかほうふ21計画(第二次)』

市保健センターでは、『みんなでつながり思いやる健やかなまち「ほうふ」』を基本理念に、平成27年度に『健やかほうふ21計画(第二次)』を策定しました。この計画では、乳幼児から高齢者まで、それぞれのライフステージに応じて、家庭・地域・学校・職域・行政等が一体となって、健康づくりに取り組むことを目的としています。

市民の皆さんにもっと『健康づくり』への関心を持って頂くため、市広報(毎月1日号)で以下の7分野について市の取り組みをご紹介します。



すこやかにこさん
防府市健康づくりキャラクター

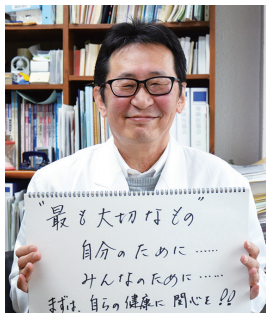
基本理念『みんなでつながり思いやる健やかなまち「ほうふ」』

健康づくりの7分野

栄養・ 食育	歯と口の 健康	身体活動・ 運動	日頃の 健康管理	喫 煙	こころの 健康
地域のつながり 健康づくりの土台					

学識経験者、民間団体、行政、市民(公募委員)により『健やかほうふ21計画(第二次)推進委員会』を組織し、計画の推進に向けてどのような取り組みを行うべきかの話し合いを重ねてきました。

『健やかほうふ21計画(第2次)』推進委員会から



やまもと かずなり
山本 一成 会長
(防府医師会 副会長)

計画策定から2年が経ち、推進に向けた会議や活動を重ねる中で、市民の皆さんの『健康』への関心は徐々に高まっていると感じています。

Q. 山本先生が考える『健康』って…？

健康づくりで最も大切なことは、自分自身に『関心』を持ち、健康状態を正しく『自覚』することです。「今、“健康”だから大丈夫」と思うのではなく、もっと自分を、そして家族や友人、周囲の人を大切にしてください。暮らしの中で『健康』に意識を向け、様々な取り組みを『実践』・『継続』してみませんか？



まつばら みほ
公募委員 松林 美穂さん

これまで自分が意識していなかった『健康』について、様々な視点から勉強することが出来ました。

まず自分自身の『健康』を見つめ直すことで、家族や友人にも率先して声掛けを行えるようになりました。



とうふく かずみ
公募委員 東福 和美さん

委員としての活動を通じて、『健康』に向けて努力されている方々の気持ちを“自分”のこととして考えることが出来るようになり、皆さんからの相談に応じるときの心構えが変わりました。

平成30年7月～平成32年6月の公募委員を募集しています。(詳しくは13ページ)
健康づくりの取り組みについて、一緒に考えてみませんか？
市民の立場としてのご意見をお聞かせください。ご応募をお待ちしています！

問合せ 保健センター(☎24-2161)