

丈夫なからだが一番です

「病気になるたら……」早く十分な治療を受けなければなりません。でも、その前に……ふだんから病気になるように心がけること、をまず考えたいものです。それは「健康づくり」ではないでしょうか。

栄養のとりすぎ……

考えたこと
あります

わたしたちの「健康水準」は、平均寿命の延長や青少年の体位の向上にみられるように、著しく改善されてきたといわれます。

でも、一方で保健衛生上の新たな社会問題がおこっている



「新津市健康づくり推進協議会」が発足
—さる4日に初会合が開かれました。

新津市健康づくり推進
協議会 委員の方がた

(敬称略・順不同)

- 森川 勲 (医師)
- 古川光三郎 (公衆衛生協会)
- 伊藤文男 (市議会議員)
- 高塚忠司 (新津市医師会)
- 井上研二 (新津市医師会)
- 海津俊樹 (新津市歯科医師会)
- 永井淑雄 (農業協同組合)
- 広橋のや (婦人会)
- 増山愛子 (母子保健推進協議会)
- 大原 克 (食生活改善推進協議会)
- 渡辺 宏 (新津保健所)
- 梶井 正 (新津車両管理所)

「健康づくり」の効果をあげるには、地域に密着したものにすることが必要です。新津市でも、市内各層の方がたで構成した「健康づくり推進協議会」をこのほど発足させ、真剣な取り組みをはじめました。新津市にあった

スタートしました
健康づくり
推進協議会

国でも今年度から全国的に、「国民健康づくり」をスタートさせました。この「健康づくり」は、次の三つのことを柱にしています。①生涯を通じた健康づくりの推進
②健康づくりの基盤整備
③健康づくりの啓もう普及
国民一人ひとりが日常生活の中で健康づくりができるような環境をつくり出す目的で、うちだした総合対策と言えるもので

「健康づくり」を総合的にすすめるというもので、市の保健課、社会福祉事務所、社会体育課も加わってお手伝いすることになっています。協議会では、市民のみなさん一人ひとりが自分の健康を認識してもらい、自分で守ることを意識してもらおうと、今年度の健康づくりの方針を決めました。健康づくりのリーダーの養成に努めること
④貧血検査を実施して、自分の健康を確かめてもらい、その後、食事指導などを開いていくこと
⑤各部会、婦人会などの集いに健康の啓蒙のPRにつとめ、市民のみなさんから「健康意識」をたかめてもらうことなどです。

お買物、ご用命は市内で

＜新発売＞ 新津の里 1ヶ80円
素朴な郷土の風味を生かしながら栗を白あんに包み淡白な味にしてみました。ご賞味のうえふるさとのお土産としてご利用をお待ちいたしております。

御菓子司 (有) 旭入
新津市本町一丁目 バスビル前 電話 2-0462

住宅 どんな御相談でもお気軽に
羽田建築 TEL (2)6163
新津市金沢町2丁目 設計、施工、監理

なんというても“健康づくり”

さあ、見直そう、あなたの健康管理

健康人は体力づくりも

健康づくりに
お手伝いを
しています

じょうぶで健康なからだをつくるには、保健衛生に注意するとともに、積極的な「体力づくり」も必要です。「保

健」「体育」がからだの中で結びついて、はじめて「健康人」になれるものではないでしょうか。

協議会では、こんな点もいろいろ話し合い効果的に進めることで意見の一致をみま



手足のばして踊る「老人生きがい教室」の民謡部のみなさん



高血圧予防には食生活改善を、と指導に回る「キッチンカー」

「母子健康相談」「乳児健診」「離乳食指導」のほか、一歳六か月児一歳児には、健診を行っています。また、地域ごとに母子保健推進員をおり、いろいろな健康相談にものってもらっています。

社会福祉事務所では、老人のみなさんに生きがいと健康を、と、精力的に事業にとりくみ、好評を得ています。健康づくりの教室は、頭と体を使うことも若さを保つ秘訣です。今年度から「老人生きがい教室」をスタートさせました。華道、書道、民謡など七つの教室を開いています。

健康づくりには、スポーツでの体力づくりも欠かせません。社会体育課では、気軽に参加できる各種のスポーツ教室などを開いています。また、市民会館を会場に体育指導委員のみなさんが、いろいろなお世話にあたり、体力づくりを広げています。どなたでも参加でき、いつでも入会を受けています。

花椿会にお入りください。
資生堂チェーンストア
マツヤ TEL (2)0418
本町2丁目 第四銀行が向い。北越銀行がとなり。

参考までに、いま市で進めている「健康づくり」といえる主な事業をあげてみました。成人病予防には

「住民検診を欠かさず」

参加をしてみませんか

創業50周年
低金利融資 お気軽に御来店下さい。
(株)毛利金融新津支店
新津市山谷町1丁目14番15号 グリーンハイツ斎藤内
4-4501