

## 厚生労働大臣表彰受賞!! ～安八町食生活改善協議会～

昨年10月11日(金)安八町食生活改善協議会が「平成25年度栄養関係功労者(地区組織)厚生労働大臣表彰」を受賞されました。

食生活改善協議会は、42年間もの長きにわたり「私たちの健康は私たちの手で」を合い言葉に、町民の皆さまに食を中心とする健康へのアプローチを続けてこられました。町民の皆さまからは「食改さん」「ヘルスメイトさん」という愛称で親しまれています。

古くは「町民栄養調査」を行い町民の栄養課題に着目し、地区での減塩活動などに努められました。

近年は成人に対する「生活習慣病予防教室」の開催や、保育園や小学校への「食育出前講座」などの「食育」にもご尽力いただいております。

この名誉ある受賞は、食生活改善協議会の日々の活動の積み重ねが評価されたものです。

食改さんからは「町民の皆さまの身近な存在として、より一層活動の輪が広がりますよう努力します。」と、今後の抱負をいただきました。



▲ 厚生労働大臣表彰を受賞した安八町食生活改善協議会の皆さん

## 健康は“歯”から「8020 よい歯の高齢者」を表彰

おいしく食べて、健康で長生きするために欠かせない「歯」。8020運動は「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。今年度は、安八町で4人の方が該当し、昨年11月24日(日)に大垣市で表彰式が行われました。

表彰された4人のうち32本の歯がある、浅井はる古さん(牧在住)に日頃の生活を伺ってみました。「歯が悪く

ならないように、歯医者さんには3カ月に1回は行っています。おやつも食べますが、夜6時の夕食以降は何も食べませんね。歯が丈夫なおかげでおいしいものがたくさん食べられてとても幸せです。」

皆さんも丈夫な歯を保つために、毎日の歯磨きと定期検診、規則正しい生活習慣を心がけましょう。

表彰された方は、以下の方々です。



▲ 有馬 悟 さん



▲ 田島 高光 さん



▲ 浅井はる古 さん



▲ 堀 タマエ さん

## 健康増進健診を受けましょう

18歳～39歳(平成25年4月1日現在)の方と40歳以上で生活保護世帯の方を対象に健康診査を実施します。希望される方、受診日を変更される方は、保健センターへご連絡ください。

- ◆健診日 1月17日(金)、24日(金)、27日(月)、29日(水)
- ◆受付時間 午後1時～1時45分
- ◆場 所 保健センター
- ◆健診内容 身体測定、尿検査、血圧測定、診察、血液検査、歯科検診(希望者のみ)
- ◆持ち物 健康増進健診のご案内、健康診断受診票、健診料金(800円)

※男性希望者の対象日は、27日と29日です。

※平成25年2月に実施した健康診査申込で希望された方は、申し込みは不要です。