



# 碧南ロータリークラブ週報

第224回例会 平成16年6月2日(水) 晴. 最高28℃. 最低17℃

- 会長 加藤 良邦 ● 幹事 竹中 義雄 ● SAA 杉浦 成人
- 例会日 毎週水曜日 12:30 ■ 例会場 碧南商工会議所ホール
- 事務局 碧南商工会議所内 〒447-8501 愛知県碧南市源氏神明町90  
 TEL<0566>41-1100 FAX<0566>48-1100  
 ホームページ: [http:// www.hekinan-rc.jp/](http://www.hekinan-rc.jp/)  
 E-mail: [info@hekinan-rc.jp](mailto:info@hekinan-rc.jp)
- 会報委員 竹下 豊・新美惣英・鶴田光久・杉浦昌裕

2003~2004年度  
国際ロータリーのテーマ  
手を貸そう



Lend a Hand

## ● 斉 唱

国 歌 「君が代」  
ロータリーソング「奉仕の理想」

## ● 本日のメニュー

和風弁当 大正館

## ● 本日のお客様

卓話講師 杉浦幹雄様



卓話をされる杉浦幹雄様

## 会 長 挨拶

6月に入りました。もうすぐ重苦しい梅雨に入ると思いますが、どうぞ皆様、お身体にはご自愛を頂きたいと思っております。

今年度、初めて例会で出席率100%達成のタオルを配ることが出来ました。在庫のタオルにカビが生えてしまうのではないかと心配しておりましたが、とてもうれしく思います。

先月は、家族会や大阪国際大会と大きな行事が行われました。多数の方々にご参加頂き、誠に有難うございました。担当して頂きました委員長、委員会の皆様方には厚く御礼申し上げます。夜の京都の国際大会では89歳になられる小林先生とカラオケをご一緒させて頂きました。翌日の京都観光で東寺、新撰組関連の壬生寺に参りましたが、小林先生はカメラ片手に活発に動いておみえでした。先生はすごいなあ、健康の賜物とはこのようなことだろうと感心して思っておりました。くしくも、今日は"いつまでも悠々満喫人生を"という健康のお話を頂きます。宜しくお願い致します。

## 幹 事 報 告

他クラブ例会変更（時間など詳細は各クラブにお問い合わせ下さい）

本年度、次年度の理事・役員・委員長の事業報告書、事業計画書の提出をお願いします。

3週連続出席率100%でタオルが会員に配られますのでお持ち帰り下さい。

家族会の運営・参加、国際大会の参加御礼報告。

例会終了後本年度最後の理事会を開催します。

## 次年度幹事報告

次年度理事・役員・委員長の事業計画書提出のお願い

本年度理事会終了後次年度第1回のクラブ協議会を開催。

## 委員会報告

### 〈出席奨励委員会〉

総会員数 75 名（内出席免除者 14 名）出席者61名	
出席対象者 52/61名	出席率 85.25%
欠席者14名(病欠者0名)	前々回修正出席率 100%

### 〈ニコボックス委員会〉

※三週連続出席率100%の場合は記念品を差し上げます。

- 山中 寛三君 先回家族会欠席して失礼しました。
- 新美 孝君 山中先生、竹中義雄幹事様にお世話になりました。
- 長田 昌昇君 皆様にご無理を申します。
- 加藤 良邦君 先日、家族会並びに国際大会多数の皆様にご参加頂き大変有難うございました。又、担当頂きました委員会、委員長の皆様本当に有難うございました。過日青木稔会員に大変お世話になりました。
- 植松 敏樹君 R I 2004国際大会に多くの皆様にご参加下さり、有難うございました。
- 池田 弘孝君 ローターリー国際大会に出席された皆様にご大変お世話になり、有難うございました。
- 竹中 義雄君 春の家族会大勢の方にご参加頂き楽しい会でありました。お世話頂きました親睦活動委員会の皆様にご心よりお礼を申し上げます。有難うございました。先日の大阪国際大会ではご参加された方々に大変お世話になり、とても充実した2日間を頂きました。有難うございました。
- 杉浦 功哲君 愛知県土地家屋調査会16年度定時総会で、名古屋法務局長より表彰されました。
- 石橋 嘉彦君 本日の卓話の講師碧南市福祉部健康課課長の杉浦さんを紹介致します。
- 新美 真司君 春の家族会無事終了しました。有難うございました。
- 平岩 辰之君 ローターリー世界大会において、加藤会長様、竹中幹事様、皆様にお世話になりました。有難うございました。
- 清澤 聡之君 中部新報に載りました。  
早退9件 合計38,000円です。

### 〈親睦活動委員会〉

6月会員誕生日

8日 原田 達也君 17日 鈴木 敏弘君 29日 亀山 裕一君

奥様誕生日

24日 杉浦成人君の奥様 真美様

結婚記念日

7日 新美真司君・琢美様 18年 12日 神谷 研君・文子様 58年

## 卓話

### 「生涯を通じた健康づくりを推進するために」

碧南市福祉部 健康課 課長 杉浦幹雄氏

わが国は、世界有数の長寿国ですが、生活習慣病の増加や痴呆や寝たきり者の増加が社会問題になっています。それは、医療費の増加とも結びついています。ただ長生きであればいいのか、ということが問題とされているわけです。長寿それ自体は素晴らしいことですが、健康で長生きできるようにしましょうということです。つまり、長生きの質が問われているのです。国においては、すべての国民が健やかで心豊かに生活できる活力ある社会を築くため、平成12年3月に「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を、また、同年11月に親と子が健やかに暮らせる社会づくりを目指す「健やか親子21」という計画を策定し、愛知県においても平成13年3月に「健康日本21あいち計画」が策定されました。

こうした動きのなかで、碧南市においても、すべての市民が健康で生き生きとした生涯を過ごすことができるように、ということで、健康水準の指標となる具体的な目標を定め、市民の皆さんが主体的に健康づくりに取り組むことができるように、この「へきなん健康づくり21プラン」を策定したものであります。

実は、このようなことは碧南市において以前から取り組まれて来たことであります。碧南市には、「健康を守る会」という、市民・医師会等専門家団体・行政等による日常生活に直結する総合保健活動を推進する組織が、昭和42年にできております。「健康を守る会」の起源は、昭和39年にさかのぼります。当時、医師会の皆さんが、医療のあるべき姿を求めて、広く地域社会の保健活動を展開することとなり、健康教育連絡協議会を設置し、市内の公民館等において健康教育映画会、公演会、座談会、並びに献血の会等を開催し、積極的な地域保健活動を展開されたのがその始まりです。こうした取り組みの中で、今日の姿の「健康を守る会」が発足いたしました。その後、逐次組織が強化され、碧南市の重要な保健事業は、この「健康を守る会」の事業として推進することとなり、本市の特徴的な保健活動が展開されるようになったのです。

「健康づくり21プラン」の計画期間は、平成15年度から24年度までの10年間です。計画の基本方針としましては、①生活習慣病（食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に深く関与する疾患群といわれ、がん、脳卒中、心疾患、糖尿病、歯周病など）の発症を予防する一次予防（病気にならないように、普段から健康増進に努めること）に重点を置き、健康寿命の延伸のための対策を行なう。②ライフステージ（人生の各段階）に合わせた健康づくり、質の高い生活を送れるように支援する。ということであります。「へきなん健康づくり21プラン」では、ライフステージを「就学前（親子）」「小学生・中学生期」「16歳～19歳」「20歳～59歳」「60歳以上」とし、各段階において「栄養」「健康づくり」「歯の健康」「生活習慣病予防・要介護状態の予防」「健やか親子」の5分野について目標設定しました。親子「就学前」については、「親と子が健やかに暮らせる社会づくり」を目指した目標を設定し、行動指針を「楽しく子育て、すくすく育つ」としました。虫歯のない幼児は、72.8%です。プランでは、これを5年後には80%、10年後には90%を目指し、保護者に対するおやつの指導や歯磨き指導に取り組んでいくことにしています。小学生・中学生期については、健康に関心を持ち、食生活や歯の健康管理の基礎を身につけ、生活習慣病の予備軍にならないことを目指した目標を設定し、行動指針は「毎日元気で のびのび学ぶ」としました。朝食を食べないで学校へ行く者の減少について、現状では、小学生が15.1%、中学生では24.2%の児童・生徒が朝食を食べずに登校することがあります。育ち盛りの子供にとって朝食を食べないと、成長に影響があるほか授業に集中できなくなるなどの影響があります。そのため、朝食の大切さなどのPRを学校と連携し実施してまいります。16歳～19歳については、成人期に多くなる生活習慣病を予防するために、よい生活習慣の確立に向けて意識づけをすることを目指した目標を設定し、行動指針を「自分で考え、きらきら翔く」としました。喫煙が及ぼす健康影響について知っている人の割合の増加については、喫煙が生活習慣病の原因となるなど、喫煙の及ぼす影響などについての正しい知識の普及などの取り組みをしてまいります。20歳～59歳については、健康でいきいきと充実した日々を過ごしていただくことを目指した目標を設定し、行動指針を「いきいき活動、毎日充実」としました。肥満の減少について、肥満者の割合は男32.4%、女21.3%となっています。肥満は、生活習慣病の要因となることから、健康教育や健康相談を通じ肥満についての知識の啓蒙を図っていきます。60歳以上では、生活習慣病や痴呆等の発症が多くなっています。健康寿命の延伸を図ることと、病気があっても豊かな生涯を過ごしていただくことを目指した目標を設定し、行動指針を「いつまでもゆうゆう満喫人生を」としました。

老人保健の基本健診受診者は59.3%です。健康で豊かな生活を過ごすために、健康診査受診

者を増やし、健康の自己管理と生活習慣病の予防に努めていただくことを推進します。プランの推進体制は、市民一人一人が主体となって、市民の組織的活動を基本に、「健康を守る会」等が知識や技術を提供し、保健医療機関、事業者、関係団体、行政が健康づくりを支援していくということです。

健康都市へきなを推進するために、今日ご出席の皆様方は、各分野の代表の方々ばかりですので、ぜひこの運動に参加・ご協力いただきますようお願い申し上げます。

次回例会案内／6月16日（水）「あれこれ」 碧南RC会長加藤良邦君