

健康まつり

～今日の食事 今日運動 あしたの健康～

食育推進計画キャラクター

「湖なすちゃん」は、湖南省の地元野菜である下田なすをモチーフにしています。



とき 9月24日(日) 午前10時～午後3時

ところ 保健センター

※湖南省スポーツフェスティバルも同時開催です。詳しくは8、9ページをご覧ください。

健康状態を知って、食事など生活習慣の改善の重要性について理解を深め、あなたも健康はかせになろう！

健康政策課(保健センター)

☎72・4008 FAX72・1481

いろいろなコーナーを回ろう!!

～スタンプラリーで景品がもらえます～

めざせ!!
健康はかせ

いろいろ
体験できるよ



- やさいはかって350g
- クイズラリー
- はかってはかって塩分量
- びっくり脂肪体験

★キッズコーナー

- つくってみよう「豆乳わらびもち」
午前10時30分～/午後1時30分～
- バルーンアート
- 竹とんぼづくり体験

★健康チェックができます

- 血流観察(血液さらさらチェック)
- ※整理券配布します(先着順)。午前100人、午後100人
- 体組成計測定
- 肺年齢測定
- お薬相談・お薬クイズ
- 健康相談コーナー

★野菜のらくうま料理の試食

★湖南省産の野菜の販売

など

※健康こなんポイントの対象事業です。

9月1日は大正12年に関東大震災が起きた日で、わが国の防災の日とされています。

湖南省においては、261年前に大規模な土石流である「妙感寺流れ」が起きた10月9日を「湖南省防災の日」と定め、その前後に市民のみなさんの防災意識を高揚させることとしています。今年も10月1日に総合防災訓練を予定していますので、できる限り多くのみなさんご参加をお願いいたします。

さて、先月21日に湖南省区長会では鳥取県北栄町で防災研修を行いました。北栄町とは災害時相互応援協定を締結しています。

昨年10月21日に発生した鳥取県中部地震では、震度6弱の揺れに見舞われ、住家被害となつた北栄町に対し、湖南省からも年末まで継続して職員を派遣し、支援を続けてきました。



今回の区長会研修では、実際に直下型地震に見舞われた際、地域防災リーダーは何を考え、自主防災組織はどのように機能したのか、当事者の生の声を聴こうというものでした。

お話を伺った防災リーダーは自治会長で、湖南省では区長にあたります。

当日は午後2時7分に直下地震があり、トランポリンで飛んで回転したように、何度も頭と足がさかさまになったそうです。家の外に出ようにも、閉まっていたサッシにまで辿りつけないほどの揺れでした。

春秋の年2回、避難訓練を行っていたので、住民は集落内のふれあい広場に集合し、班ごとのプラカードを持ち出し、班長が点呼するところまでできましたが、リーダーは「頭の中が真っ白」になったそうです。

その後、そのリーダーのかたは、系統立てて地域内の避難体制を確立していきましたが、防災士の資格を持ったうえで、過去10年間、防災リーダーを務めてきた人でも、万一のときには混乱するといふ体験談を直に聞くことができ、区長のみなさんも地域防災について今一度の見直しをされていました。