

福祉・健康

健康に暮らせるまち

健康づくりの合い言葉は、おたのしみに♪

「おしくたべる」「たのしくうごく」「のんびりやすむ」「しっかりとまもる」「みんなであつどう」「にっこりわらう」

(高鍋町健康づくり計画より)

社会環境の変化により、生活習慣病や介護を必要とする人の増加などが深刻な社会問題となつていきます。高鍋町では、子どもから高齢者までが笑顔で過ごせるまちづくりをめざして、すべての町民が健やかで心豊かに生活できるために必要な「健康」を維持増進するために、さまざまな取り組みを行つていきます。

そのために高鍋町では、地産地消、安全・安心、ゴミの減量化を含め、さまざまな食育の取り組みを行つていきます。全国的に取り組みが広がっている「お弁当の日」。これはお弁当作りを通して調理技術だけでなく、家族の時間を持つことを目的としているものですが、県内で最初に取り組んだのは高鍋東小学校です。現在では、町内の小中学校すべてで実施しており、子どもたちの食への関心が高まりつつあります。

学校だけでなく、保育園、幼稚園、各種団体など、幅広い分野で食育を推進しています。

感謝の気持ちを忘れずに！食育の取り組み

「食べることは生きること」。食べ物にはそれぞれ命があること、私たちはその命をいただいていることを再認識し、生産者に感謝しながら、またバランスに気を付けて三食とも健康的な食事ができるように心がける必要があります。



プールで健康づくり

汗をかいてリフレッシュ！体を動かした健康づくり

高鍋町は、体育館や野球場、プールなど健康づくりのための運動施設が充実しており、ヨガや3B体操など公民館活動も盛んに行われています。特にプールは、健康づくりを目的に作られたもので、幅広い年代の方が利用しており、町民のリフレッシュの場となっています。



園児と高齢者の楽しいひととき！

この日は園児がデイサービスセンターを訪れ、高齢者の皆さんと楽しいひとときを過ごし、交流を深めました。



子育て支援

町民みんなで見守るあたたかい子育て

ファミリーサポートセンター

ファミリーサポートセンターは、地域の中でお互いに助けたり、助けられたりしながら子どもを見守り、育てていくための助け合い組織です。子どもを預ける「おねがい会員」と、預かる「おたすけ会員」がそれぞれ登録してもらいます。

「仕事の都合で保育園に送り迎えに行けない」「上の子の授業参観に行きたいけど、まだ幼い子どもが大変！」「子どもが病気で保育園に預けられない。でも、仕事も休め

ない」「最近、育児に疲れ気味。少し気分転換してみたい」など、育児においておねがい会員が困ったときにおたすけ会員に申し込みができます。

おたすけ会員は、町内在住の心身に健康な二十歳以上の人で、センターの養成講座を受講しています。利用料金は一人一時間あたり五〇〇円から七〇〇円ですが、町から一時間あたり三〇〇円の助成があるため、利用するおねがい会員にとっては負担が少なく、気軽に申し込めるようになっていきます。

子育て応援フェスティバル

子育て世代のお母さんやお父さんが集う場や学ぶ場を提供し、また、子育て支援者同士の連携を深めるため、高鍋町では平成十八年から「高鍋町子育て応援フェスティバル」を開催しています。

フェスティバルでは、毎年「親子で作ろう」などのコーナーのほか、子育てに関わる団体を紹介するパネル展示があり、多くの親子連れでにぎわいます。そのほか、食育に関するコーナーもあり、ここでは試食やレシピの提供を行い、食の重要性を来場者に伝えています。

子育て支援センター



子育て支援の中心として

高鍋町の子育て支援センターは、現在石井記念にしん保育園内にあり、育児サークル活動のほか、子育ての相談などを受けています。

現在、職員は積極的に外に出向いて、役場や専門機関、地域と連携を深めながら子育て支援活動を展開しています。また、ここは、ファミリーサポートセンターも兼ねており、ケースに応じたきめ細かな対応を心がけています。町内の子どもを育てているお母さんやお父さんが気軽に訪れることのできる場所です。

子どもの元気な笑顔を見るのがうれしいです。帰るとき「また来るね」と手を振られると寂しくなるくらい一緒に楽しく過ごしています。若いお母さんとのコミュニケーションも取れるし、私自身も子どもたちから元気をもらっています。行政も手助けしてくれますし、預ける側も、預かる側も安心のシステムです。利用者も多く、大変喜ばれています。

おたすけ会員
高橋賀子さん



おねがい会員
上戸琴美さん

長女をお願いしたことからは次女で利用させていただいています。歯医者さんや美容院など、どうしても子どもを連れて行けない場所がある時などをお願いしていますが、大変助かっています。同じ方をお願いしているので、子どもも行くのを楽しみにしていますし、食事のことや子どもの体の調子などで臨機応変に対処して下さるし、気軽に何でも相談できることがいいですね。

