

平屋新聞

第5号
発行
平屋振興会
電話
75-5300

平屋文化の集い

出演者の募集をします

開催日時
12月6日(日) 午後から
(予定)

場所 旧平屋小学校
ランチルーム

今年の平屋文化の集いは、あゆみ工房「10周年」記念と地域の部を合同で開催する予定です。つきましては、当日出演していただけるグループや個人の方を募集いたします。

出演を希望される方は、10月30日(金)までに振興会までお申込みください。

資源回収にご協力
ありがとうございました

9月27日に実施しました資源回収では各区分長さまはじめ地域の皆様にはご協力いただき、誠にありがとうございました。



平屋コーラス隊

大募集!

昨年に引き続き平屋文化の集いで一緒に歌ってくれるメンバーを募集します。

曲は「にじ」「365日の紙飛行機」を予定しています。どなたでも参加していただけますので、歌ってみたいと思われる方は振興会までお申し込みいただき、練習日にお集まりください。

練習日

10月23日(金)

11月10日(火)

11月27日(金)

12月4日(金)

時間
19:30~20:30

場所
旧平屋小学校
ランチルーム

連載:

美山町包括ケアシステム

●健康に住み続けられるまち、美山を目指して 美山町包括ケア13

これまで、「健康(健康)の森づくり」を通じて、美山のみなさんの健康(健康)の秘訣「健康因」を集めてきました。大野地区では「畑仕事のお茶」「近所の人との話」「笑うこと」「誰かに必要とされること」、美山中学校では「ねる」「スポーツ」「音楽」「ゲーム」「推し活」など、実にさまざまな健康因が集まりました。こうして並べてみると、健康とは「病気がないこと」や「身体が元気なこと」だけではなさそうです。近年の新しい健康の概念である「ポジティブヘルス」では、健康をもっと広く、6つの視点から考えます。それは、身体の状態・心の状態・生きがい・暮らしの質・社会とのつながり・日常の機能です。たとえば「畑仕事」は、身体を動かすことでもありますが、生きがいになっていたり、近所の人と野菜を分け合うきっかけになっていたりするかもしれません。「推し活」や「ゲーム」も、楽しい気持ちになったり、友達とつながったりする大切な健康因かもしれません。一つの健康因が、いくつもの健康を支えていることもあります。次回から、このポジティブヘルスの視点を、これまで集まってきた健康因とともに詳しく見ていきましょう。

神戸大学大学院医学系研究科 准教授

美山林健センター 診療所長

西岡 大輔