

# 市民協働で健康づくり

## 小学生のレシピ採用!

### わたしたちの給食献立イラストコンテスト

浜松市中央卸売市場では、市内の小学5年生を対象に「浜松の食の魅力と大切さ!」をテーマとした「わたしたちの給食献立イラストコンテスト」を毎年実施しています。レシピの条件は、浜松の農林水産物1品を使用すること。優秀賞5作品の試食審査を経て決定される最優秀賞は、実際に市内の小・中学校で学校給食のメニューとなって登場します。コンテストは、子どもたちに食の大切さ楽しさを気づかせるとともに、学校生活のよい思い出になっています。

【主催】浜松市中央卸売市場 【協力】浜松市中央卸売市場協力会  
【後援】浜松市教育委員会 【調理協力】東海調理製菓専門学校  
■問い合わせ先 浜松市中央卸売市場 ☎ 053-427-7406



浜松の  
農林水産物が  
たっぷり入った  
「カレースープ」が  
最優秀賞に!



## 高齢者を応援します!

### 生きがいつくり事業

高齢者の皆さんがより自由な立場を生かして楽しみ、働き、地域社会に貢献するなど、さまざまな形で社会的に活躍していただくための事業を実施しています。

■問い合わせ先  
高齢者福祉課 ☎ 053-457-2789

### 健康づくり

老人福祉センターなど



60歳以上が楽しむ江之島荘(南区)の「健康づくり教室」

### 仲間づくり

シニアクラブなど



30余年続く三島楊子公園ラジオ体操会(南区)

### 仕事づくり

シルバー人材センター



特技を生かし依頼主の庭木の剪定をするシルバー会員

## 企業・団体も活動中!

### 健康はままつ21推進協力団体

健康づくりに行政とともに取り組む企業や非営利団体などは「健康はままつ21推進協力団体」として参画し、健康づくりを推進しています。参加団体は165(平成26年12月5日現在)。健康イベントや講習会を開催し、市民が気軽に、そして楽しく健康づくりに参加できる機会をつくるための取り組みを行っています。

### 「健康はままつ21推進協力団体」募集中!

登録申請書は浜松市公式ホームページからダウンロードできます。

健康はままつ21推進協力団体 登録申請書

検索



協力団体加盟のスーパーマーケットで開催された健康イベントにボランティアも参加。

■問い合わせ先  
健康増進課 ☎ 053-453-6125

# 元気の素は 絆と気遣い、おせっかい?



やまの  
源流  
Vol.5

## 「地域と健康寿命」

「浜松は、地元の行事や祭りが多くですね」浜松市を訪れる人や移り住んだ人から聞く言葉だ。実際に運動会や草刈り、花火大会など、自治会活動は1年を通して盛んである。特に、祭りや伝統芸能は地域の欠かすことができない風習として行われ、引き継がれている。例えば、大太鼓で豊漁を祈願する祭り、天竜川の神を崇める祭り、家康公を起源とする祭り、五穀豊穡を祈願する神事など、実に多彩である。また、これらの地域ごとの祭事に加え、浜松市では都市の祭りである「浜松まつり」の存在が特徴的だ。2014(平成26)年には、174町が参加。参加町全体で行われる風あげ合戦と御殿屋台の引き回しや練りのほか、町単位での「初子の祝い」も行われている。

浜松市の場合もこの例に当てはまるのではないだろうか。地域の祭りや行事においては、子どもから大人までが一致協力し、所作やしきたりにのっとり進行していく。準備から完了する一連の時間の中で地域の結束が育まれる。そして、祭事の賑わいと継承は、地域の日々の付き合ひの深まりにつながり「最近、○○さんの姿を見ていないね」「誰それが入院した」などのご近所情報の伝達と、ともすればおせっかいともいえる近隣への気遣いが日常に根付いていくのである。こうした地域の「コミュニティ」や絆が市全体の健康寿命を延ばすことに寄与しているのかもしれない。

さらに、この地域「コミュニティ」を増幅する場が市内には充実しているという。市史編さん執筆委員の鈴木正之さんは「全国的に見ても浜松市には図書館や協働センター(公民館)、民間のカルチャーセンターなどが多く、多くの市民の皆さんがここで学んでいる。協働センターに一部併設された体育館、休日や夜間に開放されている学校の体育館やグラウンドでも多くの人たちが運動に励んでいる。このように学習や運動など恵まれた環境の中で地域の人たちが交流の輪を広げている。」と話す。

今後も、健康寿命とソーシャル・キャピタルとの関係の研究はさらに進んでいくだろう。浜松市の健康寿命が長いことは「地域活動を原点とした絆や近隣への気遣いであった」と解明されることを期待したい。