

健康と言えは、病気をせず元気な体を思い浮かべるものだが、生活の満足度には、心の健康が大きく影響している。自分の居場所を見つけ、誰かの役に立ち、張り合いを持って生きる。そのためには、社会的なつながりや地域力のアップが欠かせない。

28日に宇部市ときわ湖水ホールを主会場に開かれる「健康フェスティバル宇部」を前に、健康づくりや市民活動のスペシャリスト4人に、心豊かな生活を送るヒントを聞いた。

昨年4月に市民団体「山口ヘルスプロモーションネットワーク」を立ち上げ、代表を務める長谷亮佑さん(38)。山口大医学部を卒業後、大病院に勤務したものの、病院で

つながる

28日「健康フェスティバル」を前に



▷▷ 1

と予防の浸透を図りつ、健康とは何かということを一緒に考えようという問い掛ける。今は週のうち4日半は市中央の病院で内科医として

回に限られているが、保健活動や人づくりは、医師抜きでも拡大的な形成を意識した健康づくり・まちづくりの実践を目指す。これまでに山陽小野田市の健

ビタル(人間関係の豊かさや地域力の強さ)の形成を意識した健康づくり・まちづくりの実践を目指す。これまでに山陽小野田市の健

重要な人間関係や地域力

治療だけでは健康は得られない

病気を治すだけでは健康は得られないという

働き、1日半を活動に充てている。

上国の人々の表情が、なせ生き生きとしているのか。人の結び付

くや地域力が、生活習慣と同程度に健康に影響を及ぼすことを明らかにした。

限界を感じ、人が生活している地域に出よう

と決意した。住民の健康知識を高め、生活習慣

の改善や早期発見の医師が医療を行う

は、ソーシャル・キャピタルを高めること

慣の改善や早期発見の医師が医療を行う

は、ソーシャル・キャピタルを高めること

は、ソーシャル・キャピタルを高めること

は、ソーシャル・キャピタルを高めること

「つながりの大切さに気付いて」



山口大医学部非常勤講師でもある長谷亮佑さん(左)と、聞き取り調査をする学生(右)が岩国市錦町で

ひ岩国市錦町では、行など連携して地域保健やNPO、医療機関 健康活動を展開し、健康

相談会で直接、住民の声にも耳を傾けている。ここでは、一人一人の生活能力の高さと地域力で住民が健康を維持し、満足した日々を過ごしていることを感じる。果たして、10年、20年後の宇部はどうなるか? 市民力を問われる時代は、すぐそこまで迫っている。

健康フェスティバルの講演やパネルディスカッションを企画した長谷亮佑さんは「市民がつながりの大事さに気付く、健康づくりの第一歩を踏み出すきっかけにしてほしい」と期待する。

長谷亮佑さん