

いきいき健やかに  
人に優しい  
まちづくり

子どもたちが元気に育ち、お年寄りが生きて暮らす。それが私たちのことだ。

香南市では、「早寝早起き健やか」をテーマとして、小さな頃から食へんことを大事にした食育教育を行う。子どもたちの基本的な生活習慣の定着と生活リズムの向上に取り組み、また、妊娠産後を対象としたパワースタッフをはじめ、乳幼児期の給食の読み聞かせ、親子料理教室や遊び体験など、市内の保育所、幼稚園、小中学校、保護者会、地域行政が一体となり、子どもたちの成長を見守っています。

成人高齢者については、特に内臓脂肪型肥満や生活習慣病の予防に着目し、食生活改善指導などを通して、健康への意識を高めることも、各種検診や健康診断などの受診率の向上に力を注いでいます。

こうした取り組みに役立っているのが、食生活改善推進協議会です。資格を持つスタッフが私たちの健康は私たちの手で」とをスローガンに、ボランティアで地産産品を使った料理づくりや子どもたちの

「食育」なく、幼児から高齢者まで、食生活改善を中心とした広げつくり活動を実施し、地域の健康を支えています。

また、長寿社会の中で、高齢期をいかに健康に生き生きとさせるか、介護が必要になっても安心して暮らせるのが大きな課題となっています。そのためは、共に支え合う

地域社会を生かすことが、重要で、福祉サービス向上や地域での支え合い、高齢者の積極的な社会参加などの取り組みが、まちづくりの重要な普及が図られ、健康づくりと市民の交流に寄与しています。

さらに、隣がいのちある人が地域の中で安心して暮らせるように、「パーマセプション」の普及普及に努めることも、必要な支援です。ビジネスを充実させ、自立を支え取り組みを応援しています。

※イメージ写真・シーン・場所・人物は実在するすべての人が住み慣れた地域のなかで、何れも架空でなく、共に安心して暮らしていくことが企業家対象であるという考え方

# 風に抱かれて

子どもから若年寄りまで、市民ひとりの健康かたき生きました。生活は香南市の願いであり、まちづくりの目標です。人の温もりと情熱をエネルギーとして、優しく風にかかれ、私たちのまちは大きく夢を広げていきます。



地域のみなさんで学ぶ敬老会



地域のみなさんで学ぶ敬老会



お産をひかえたたい・夫婦二人育児を始めるもも（リノマタ教室）



「三世代交流祭」に集まる子供



Konan Winds



減塩を心がけた地域のみなさんの健康を考えた食生活改善推進グループ



練習打つ手に思わず力が入るがートボール大会



お年寄りも笑顔に楽しめるパークゴルフ



「高齢者の心・体・生活改善講座」中身の一例



食へることの楽しさを大切にするが「親子料理教室」