

# 環境と健康

## 週1回の巡回型エクササイズ 健康寿命の延伸めざし筋力運動など提供



当協会は、県民の健康寿命の延伸をめざした構想の一環として、新たにキャラバンフィットネス事業を開始しました。全国初のビジネスモデルとし

て、まずは5月9日にキャラバンフィットネス早瀬店、5月13日に安浦店をオープン。すでに多くの方にご利用いただいています。

キャラバンフィットネスでは、4台のマシンによる筋力運動のほか、ステップ台やジョギング台、マットを使った有酸素運動を組み合わせたサーキット型のエクササイズ(円)になら



安浦店でのサーキットエクササイズ(上)、早瀬店オープンセレモニー(下)

て行うエクササイズを提供しています。1周6分36秒の運動を4周から5周程度まわることで、それぞれの効果を高めま

【環境と健康の「ミニ」活動助成事業】では、新規に取り組む「導入型」、課題改善に取り組む「発展型」、住民事業者・学校を広く巻き込む「広域型」の3部門で募集を行った結果、導入型4件、発展

### 地域活動支援基金活用事業

## 9件のコミュニティ活動助成事業がスタート ポスター・標語コンクールに最多24公衛協が参加

当協会では、地区衛生組織の実践活動の支援を目的とする地域活動支援基金を活用し、公衛協が展開する実践活動や学社融合の取り組みを資金面からも支援しており、今年で9年目を迎えます。

型6件、広域型1件の申請があり、これら11件について6月13日、第2回地域活動支援基金運用委員会が審査が行われました。今年度初めて申請した大崎上島町大崎支部、東広島市川上地区、同西条地区、福山市今津学区のほか、廿日市市佐伯、安芸太田町、三次市、世羅町小国地区、福山市泉学区の9公衛協の事業が採択されました。これから各公衛協で事業がスタートします。



第2回基金運用委員会

新規に参加し、24公衛協・約260校が参加します。集めた作品は、まず各公衛協で第1次審査を行い、次いで当協会の選考委員会で第2次審査を行った後、部門別に賞状作品を決定します。

本事業は年々作品数・質ともに向上しています。コンクール10周年の節目を迎える来年度は、より多くの作品が集まるよう呼びかけ、地域の盛り上がり、事業のさらなる発展をめざします。

【ロコモティブシンドローム】の予防につながる運動を取り入れているのが特徴で、関節や筋肉などの運動器の障害を未然に防ぎ、健康寿命の延伸につなげたいと考えています。

安浦店を利用する国定ミサ子さんは「近くにこのような施設ができたことがうれしいです。まだ数回しか通っていませんが、体が軽くなった感じがします」と効果を感じているようです。

キャラバンフィットネスは、年契約の会員制で運営しており、利用には毎月2千3百円(税込)の会費が必要です。また、希望者にはエクササイズだけでなく、専用のストレッチポールを使った腰痛や肩こり、膝痛などに効果的なストレッチも行っていきます。

当協会は、より多くの方にご利用いただけるよう、来年度以降も実施工事を拡大する予定です。

(新事業開発課)

### さんせんか 琴線歌

生物多様性基本法は、平成20年に公布・施行されました。生物の多様性を保全する指針を定めた大切な法律です。しかし

近年、科学雑誌として有名なネイチャーなどから、気候変動に伴う洪水・干ばつなどの災害に対して、生物多様性が豊かな自然ほど災害の影響が緩和されているという報告が相次いでなされています。

多様性の対象となる生物は、絶滅危惧種に指定されているジュゴンのような動物だけではなく、植物、そして砂地に堆積したふんや死骸などを分解し、アマモの栄養を作り出す砂地に生息する微生物群それら全ての生物集団が生物多様性の対象です。

### 生物多様性について

内閣府のアンケートには、「人間の生活がある程度制約されても、多種多様な生物が生息できる環境の保全を優先するか」の問いがありました。これも、人間生活それ自体、生物多様性に密接に関連している事実を見失った愚問であることに気づかなくてはなりません。生物の多様性は、人類存続の基盤となっているのですから。

(県立広島大学 学長 中村 健)



## 一般財団法人 ~みんなの生命(いのち)をまもりたい~ 広島県環境保健協会

〒730-8631 広島市中区広瀬北町9番1号(広島県公衆衛生会館)  
TEL:082(293)1511 [大代表] FAX:082(293)1520

基本理念

~みんなの生命(いのち)をまもりたい~

私たちは、健康づくりと住みよい環境づくりに取り組み、地域社会の発展に貢献します。

