

SDGsを推進するため、市が行う事業をSDGsと関連付けて毎月紹介しています。

SDGs 推進室 (内線 421)

若いひと健診の
対象年齢引き下げ

生活習慣病は、食事や運動、喫煙、飲酒、ストレスなどの生活習慣が深く関係し、発病の原因となる病気の総称です。

健康に良くない食生活や運動不足などの不適切な生活習慣は、思春期頃から始まることが多く、年月を経るとともに改善が難しくなってしまいます。

市では本年度から、若いひと健診の対象年齢を引き下げ、15歳から受けられるようにしました。



目標 3
すべての人に健康と福祉を

ターゲットとは、
目標の具体的な取り組みのこと

ターゲット 3.4

感染症以外の病気での若年死亡率を、予防や治療によって3分の1に減らす。

ポイント

生活習慣病は、若いうちから適切な生活習慣を続けることで、予防できます。健診を受けてデータを確認し、自分の体や生活を見直してみましょう。



詳しくは、市ウェブサイト
で確認ください。
予約もできます

健幸推進課 (内線 291)

- 若いひと健診
- 対象 15～39歳 (昭和58年4月～平成20年3月生)
 - 内容 身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、医師による診察
 - 受診方法 集団健診 (要予約)
 - 料金 500円



特定健康診査、
がん検診

定期的に受けて
健康管理と、病気の早期発見を



市ウェブサイト
健(検)診



▲エーナの腹囲は…、ヒミツだよ



▲いろんな検査があるんだナ

みんなは、毎年健康診断を受けているかな? エーナは市の健診(特定健康診査)を受けてみたよ。健診は、身長や体重、血圧の測定と、尿検査、血液検査、医師の診察があって、500円だったよ。病気は、自分が気付かないうちでも、検査の結果に現れることがあるんだって。心筋梗塞や脳梗塞を防ぐためにも毎年受けてほしいんだナ。

そうそう、健診で聞いたけど、令和元年度のがん検診では、11人ががんが見つかったんだって。がんは、早く発見できれば9割が治るから、定期的に受けることが大切なんだって教えてもらったよ。がん検診では、胃、肺、大腸、肝炎、前立腺、乳、子宮頸がんの検査ができるよ。健診や検診は、市保健センターなどの集団健(検)診の他、指定の医療機関でも受けられるんだって。予約はインターネットでもできるから便利だよ。エーナ健康ポイントの対象でもあるから、健診やがん検診を受けてポイントを貯めてほしいんだナ!

※市の特定健康診査は国民健康保険に加入の40～74歳の市民、がん検診は40歳以上の市民が対象

■保険年金課(内線154)、健康推進課(内線291)



市ウェブサイト
エーナ健康ポイント

恵那
くらしビジネス
サポートセンター
だより

SOZO Trial space ENA

ビジネスや移住の拠点、駅前の便利なレンタルオフィス、コワーキングスペースです。セミナールームや起業準備の場として、活用ください。

コワーキングスペースとして (共同利用)

- 料金 □ 6時間まで500円
- 6時間以上は1時間ごとに100円加算 (上限1,000円)
- 1カ月使い放題プランは月額2,000円

申し込み 不要
※空き状況は、ウェブサイト
で確認ください

レンタルオフィスとして (貸し切り利用)

- 料金 □ 1時間500円、6時間以上3,000円
- 連続5日間まで利用可 (上限6,000円)

申し込み 恵那くらしビジネスサポートセンターに、メールか電話で申し込みください

起業準備

テレワーク

セミナールーム



利用できるのは…

- 対象 18歳以上の個人 (高校生は除く)、事業者
- 時間 午前9時～午後5時 (日曜日、月曜日、年末年始は定休日)

恵那くらしビジネスサポートセンター 恵那市大井町 206-5
0573-26-2266 (午前9時～午後5時・月曜定休) info@enalifebizsupport.jp



物知り先生の
ふるさと情報
(佐藤一斎生誕250年)

嚶鳴フォーラムから学ぶ(2)

NPO法人いわむら一斎塾
鈴木隆一さん(岩村町)

東日本大震災で大きな被害を受けた釜石市に対し、嚶鳴協議会に加盟している市町は、いち早く物資や金銭による復興支援を行いました。市や町の職員も派遣され、復旧に向け釜石市の職員と一緒に働きました。NPO法人いわむら一斎塾でも、「心の復興」を願って、釜石市内の小中学生全員に『小学生のための言志四録』を配布しました。これらを機に、平常時の広域連携ネットワークの強化と災害時の相互支援体制の構築のため、嚶鳴協議会加盟の12自治体間で「災害時における相互応援に関する協定」が締結されました。平成29年7月の九州北部豪雨で被災した大分県日田市へは、この協定に基づいて支援が行われました。

平成26年、兵庫県養父市で、「ふるさと」の歴史や先人の経験、知恵を持ち寄り、人づくり・心育て・地域づくりのあり方をともに学ぼう」との趣旨で、子ども中心のフォーラムが開かれました。



▲子ども嚶鳴フォーラムで発表する児童ら (平成26年8月)

本市からは、岩邑小学校の6年生代表が参加し、ふるさと学習で学んだ成果を「学校で学んだ佐藤一斎先生」として元気よく発表。大きな拍手を受けました。

新型コロナウイルス感染症の拡大以来、フォーラムは中止や延期されました。しかし、ふるさと先人を通して、自治体同士の横のつながりや情報交換や意見交換ができることは、各自自治体の様子も知ることができ、まちづくりにとっても良い役割を果たしています。