

げんきはっしん!



Vol.1

2005.1

発行：(仮称)岡崎げんき館市民会議

「げんきはっしん！」の創刊にあたって・・・

「げんきはっしん！」は、多くの市民に、この「(仮称)岡崎げんき館」市民会議の活動に関心を持ってもらうこと、また、私たちの活動テーマ「健康づくり(運動・休養・栄養)」、「保健サービス」、「子ども育成」、「市民交流」の情報交換ツールとして発行していきます。

「(仮称)岡崎げんき館」って何？

「(仮称)岡崎げんき館」岡崎市保健所を核として、市民の健康な生活をサポートする複合施設です。

「元気と活力を創造する拠点づくり」を整備目標とし、「健康」、「交流」、「にぎわい」の創造を基本テーマとしています。

施設は、保健衛生施設、健康づくり支援施設、子ども育成支援施設、市民交流施設で構成されています。

いつ、どこにできるの？

市立岡崎病院跡地に、平成20年3月開館予定です。



(仮称)岡崎げんき館市民会議って何？

平成20年3月に開館する「(仮称)岡崎げんき館」において、市民の健康づくり、子どもの育成、市民交流のサポートを行っていくため、健康づくりリーダー、管理栄養士、医師、保健師等の団体・個人が参画して、平成16年7月に設置(同年10月岡崎市へ登録)しました。

これまでの検討の流れを教えてください！

平成14年度に、市民アンケート、専門職従事者アンケートなどが行われ「(仮称)岡崎げんき館」整備基本構想が策定されました。

平成15年度には、より具体的なニーズを把握するための市民ワークショップと、基本構想で方針として提案されたPFIの導入可能性調査が実施され、整備基本計画が策定されました。

現在の状況は？

今年度は、「(仮称)岡崎げんき館」において、「公共」、「民間」、「市民」がパートナーシップを組んで事業を実施することで、より質の高いサービスを市民に提供することを目指し、市の健康づくり拠点整備室でPFI事業化手続きが進められ、(仮称)岡崎げんき館市民会議で、NPO等の市民活動団体が(仮称)岡崎げんき館での運營業務のどの部分に参画していくかなど、具体的な検討をしています。



中間報告会の様子

これまでの経過と今後の予定

- 平成15年度 (仮称)岡崎げんき館市民ワークショップ
- ⋮
- 平成16年6月 メンバー募集(公募)
- 7月 平成16年度(仮称)岡崎げんき館市民会議発足
全体会議(オリエンテーション)
- グループ別会議
- 市民活動情報ひろばへ登録
- 10月 中間報告会
- グループ別会議
- (今後の予定)
- 平成17年2月20日 市民会議提案報告会
- 4月3日 「第1回 岡崎げんきまつり」

参加自由
どなたでも
参加できます。

関連ホームページ“ご覧ください”

(仮称)岡崎げんき館ホームページアドレス

<http://www.city.okazaki.aichi.jp/yakusho/ka5075/ka701.htm>

おかざき市民活動情報広場ホームページアドレス

<http://genki365.net/gnko/customer/okazaki/index.php>

ご意見・ご質問はこちらまで

E-mail kenkoseibi@city.okazaki.aichi.jp

「(仮称)岡崎げんき館市民会議」では、現在、5グループに分かれてワークショップや実験的事業を行っています。昨年10月には、5グループが集まって中間報告会を行いました。今回は、各グループのメンバー構成と検討内容をご紹介します。

健康グループ(栄養チーム)です。管理栄養士、食生活改善委員、保健師と愛知学泉大学の「タバケンサークル」も加わって、大人数でにぎやかに検討しています。



【検討内容】

“栄養に関心のない人”へのきっかけづくりイベント/今話題の栄養情報/出張サービス等
 “少し関心を持った人”への栄養サポート
 栄養診断/栄養相談/多彩な教室・講座

健康グループ(運動・休養チーム)です。健康づくりリーダー、気功、社交ダンスの先生、体育大学の学生さんが中心となり、医師、保健師さんにも入っていただいて、(仮称)岡崎げんき館を拠点とした市民活動(運動・休養)について、実験的活動を行いながら検討しています。



【検討内容】

健康づくりのきっかけをつくり、地域での実践をサポート
 はじめの一歩事業(ヘルスチェック・相談・指導)/元気づくり教室等

保健サービスグループです。医師、歯科医師、薬剤師、保健師のプロ集団。健康についての正しい知識を伝えたい!と情報発信などについて検討しています。

【検討内容】

健康について何でもわかる!
 「健康に関する総合情報発信」
 どんな情報を、どうやって発信するか

子ども育成グループです。医師、歯科医師、薬剤師、保健師、元保育士、現子育て中の母親と立場は様々だけど、親子で楽しく遊び、子育てについて学び合い、子どもの健やかな発育・発達を促進することをめざして、検討しています。



【検討内容】

(仮称)げんき広場と気になる子どものサポートセンターの運営
 子育て駆け込み寺/専門相談等

交流

にぎわい

元気と活力を創造する拠点
 (仮称)岡崎げんき館

市民交流グループです。

地元の若宮通り商店街、ウォーキング会の事務局長さん、ボランティアに積極的な主婦と、平均年齢は他のグループよりちょっと高いけど、みなさん熱心にかんばっています。



【検討内容】「健康づくり」をテーマとした集客イベント /げんきまつり/元気コンテスト

市民団体紹介リレー 「おかざきウォーキング会」

活動内容は?

私たちは住んでいる所の知識を広め、歴史・文化高のため、寝たきり防止のため歩くことを進めております。正しい歩き方、ストレッチ等自然観察のウォーキング教室も月1回開いております。

楽しんで歩くことはもちろん、健康で長生きしたい、をモットーに環境についても2kmまでは自動車に乗らずに歩きましょうと、一石二鳥を推進しております。年1回クリーンウォークも行っています。

だれでも会員になれるの?

会員募集中です。(入会金:有、会費:有)

今後の活動予定は?

- 1月23日 万博会場周辺ウォーク
- 2月13日 吉良道・馬頭道・馬頭観音・馬頭緑道を歩く
- 3月27日 豊田くらが池と豊田自動車博物館



ご意見はこちらまで! owa2000wk@yahoo.co.jp

(榎野)

///げんきコラム///

今回は「カロリーのお・は・な・し」

みなさんはカロリーってわかりますか??

1カロリーとは、1ccの水の温度を1上昇させるのに必要なエネルギーのことをいいます。また、「カロリー」とみんな言っ

kcal?

ているけれど、正しくは「kcal(キロカロリー)」といいます。知っていましたか? 日に必要なkcalは成人男性なら約1850~2300kcal、成人女性なら約1500~1800kcalとなっています。

では、kcalをとりすぎたら太るのか? 運動すればこのkcalを消費することができます。しかし、とりすぎてしまったkcalを運動で消費するのは大変です... 体重50kgの人が普通の早さで歩いた時、軽く茶碗1杯分のご飯を消費するには50分も歩かねばなりません...

みなさんあまりたくさん食べずに、腹八分目に抑えるように!

(愛知学泉大学 タベケンサークル)