

健康おおぐち21

検討部会に参加した『私の思い』、感想

健康おおぐち21の施策を通じて、健康に対してより多くの人に関心を持ってもらって、(夢は大きく)10年・20年後の大口が日本一健康な町になって欲しいと思います。健康は町の財産！

酒井

職務としての参加でしたが、個人的にも健康に関して、自分や家族の健康意識や管理について、改めて見直すよいきっかけづくりとなり、まずは出来ることからチャレンジと体力づくりのためウォーキングを始めました。

安藤康子

皆さんと楽しく話し合いが出来、健康について見直すきっかけになり、自分自身と家族からグループごとの目標が出来るように心がけていきたいと思います。

宮地ちゑ子

タバコ・酒部会では、それぞれ良くない点を学びました。そんな中でタバコは周りの人への害が大きいため、喫煙者のマナーが重要と感じました。この部会で検討したことが少しでも多くの方に理解していただくことでまちが元気になればと思います。

匿名 30歳 男

最初は何も分からず参加させて頂き、色々話し合い、考え、一人では思いつかないことでも皆さんで話し合えばこんなに素晴らしい事が出来、大変勉強になりました。健康は人の為ではなく自分自身が努力し、継続することを目標にがんばります。

酒井美津子

町福祉課職員の立場として策定に参加しましたが、グループワークでは、住民の方々と共に作業を進め、同じ目線で同じ立場で共同作業できたことが、自分にとって大変有意義なものでした。グループワークこそ住民参加の計画づくりであると思いました。

福祉課 吉田桂志

検討部会に参加して反省するけど、帰ると毎日の生活にいかず事ができず、自分の意志の弱さを感じる日々でした。頭と目と口と手と足を十分使ってこれからの人生、健康を求めて頑張ります。

中野雪枝

運動の苦手な私が体操を続けて元気になったと思っていましたが、参加させて頂いて一緒に行く仲間がいて、心も解放されていたことに気づきました。その気になれば大口町には受け皿がいっぱいあることを人とのつながりを通して21計画を伝えていながら10年後も元気でいたいです。 村田滋子

私は、はじめて住民の皆さんと一緒に協議する場に参加することが出来、有意義な経験が出来、また、健康について改めて考えることが出来たことを感謝しています。

鵜飼

検討部会に参加した皆さん大変ご苦労様でした。日頃、住民の皆さんとお話することがないので、非常に貴重なご意見を頂いたと思います。「健康おおくち21」は健康課だけでは、達成できないこともあります。役場全体が協力し合いこのプロジェクトを成功させたいと思います。

松井宏之

住民と一体となって、「健康」についての協議は大変意義深いものがあった。又、行政の一方的な施策の押し付け、住民の過大な期待等、お互いが意志の疎通があると感じた。ただ、この会に参加された住民は、時間的・経済的余裕のある階層であるため、もっと他種の意見等をどう把握するのか、どう啓発するのか、課題として残ると思う。

住民の方々や部局の違う職員の方々と一緒に検討部会に参加させていただくことにより生の声を聞くことができました。健康についての話し合いが、家族で、職場で、自然にできたらとても素敵だと思います。

江南保健所 保健師 宇田・古橋・藤門

一人一人が“健康”について少し意識することにより、周りの人も、より健康になっていくことがわかりました。

我が家も少し変わりつつあります。

N. S

検討部会にあまり参加できなかったが、これを契機に自らも目標を持ってこれからは生活していきたいと思う。

第2の人生を目指しチャレンジ!

Mr. W

各検討部会の皆さんと健康について検討し考えたことが、計画できて良かった。

健康の現状（運動不足等の認識）から自分自身の課題を知り、自分で目的意識を持ち生活するようになった。また、家族で話し合った。さらに、住民と共に健康おおくち21計画目標に近づきたい。

Y. T

住民の方と行政が協働しての計画づくり、住民の方の意識の高さに驚くとともに、すばらしい意見交換ができたと思います。

環境経済課 佐藤

欠席が多くて申し訳ございませんでした。小中学生の方はウィル大口スポーツクラブを活動して下さい。一般男女の方でソフトボールをしてみたい方は協会に連絡して下さい。チームを紹介します。男子の方で59才以上でもシニアクラブで楽しんで下さい

丹羽紀雄

仕事をやめてから年々体重が増加し、減量したいと思っていた矢先の参加でしたので、とても勉強になりました。これからは、行政の施策された行事に積極的に参加して自分に合った運動を見つけ無理せず続ける事、食事、飲酒に気をつけ主人共々健康で楽しく生き生きとした日々を送りたいと思います。

M. S

自分の体は自分で！健康の為には自分の意志で行動をしなければと思いました。自分だけの健康ではなくパートナーと家族の健康にも併せて話し合っ食からの健康にも工夫と改善をして行きたい。

大塚和夫

生きる。健康に生きる。どちらも変わらないとぼんやり考えていた。大勢で話し合っているうち、健康に生きるという事は神技に等しい。一生を大切に自分らしく生きる沢山の誘惑をくぐり抜けて、健康に生きようという気持ちが人には必要なこととして、尊厳を引き出し、人生をまっとうする道だと気づきました。大きな課題を背負い一步一步未来に向かって足元を固めて行きたいと思いました。

山田喜久子

心部会に入って、難しいな—と思った。目に見える事ではないから。でも色々な話し合いで何かが見えてきたような感じがした。心とは、一人一人が体の中にあってそれを、その人その人なりにうまくいかせ、使っていく事のように思う。ストレスも心と気持の持ち様で小さくも大きくも成って行く。心を大きく持つ大口町。①広い心を大口に②優しい心を家族に③素直な心を自分に。私はこの言葉が好き

早川まさる

普段、あまり気にしなかった「健康」について考えるいい機会であった。私自身としては、たまたまこの時期に重なったこともあるが、「たばこ」を禁煙できたり、野菜を摂る必要性等、感じ取ることが出来たと思う。

都市開発課 松山

一般の町民の方と一緒に考え、会話を持つことに何か新しい見方、発見をした思いです。大口町民が健康で元気で、大口町が益々活力ある町となることを望みます。

運動部会 前田

勤めを終えて、はっと気がつけば自分の人生8合目付近となっている。この度、検討部会に参加し、せいぜい余命を大切に楽しく活かしたいと思っていた矢先「狭心症」におそわれ入院、幸いにして血管拡張術にて命拾いした。好きなタバコも止め神妙に「健康づくり」に取り組むことになった。他人の助けがありがたい！
井上敬一

「こころ」のメンバーになり、若い皆さんと勉強しながら経験をした話し合いなど、文字になる日を楽しみに頑張ってきました。これからも元気でいたいと思います。
石川千世子

日頃、言い慣れた健康という言葉も多くの人と色々な角度から話し合ったことで、自分の健康は自分一人では出来たものではなく、多くの人の中でお互い支えられてのことと気づきました。
葉栗

私は食部会に参加させて頂きましたが、食については以前と比べると、ずいぶん変わってきたと思っていた時なので、部会の皆さんの思いを聞いたことが大変良かったと思っています。
そして、感じたことは、「自分の健康は自分で、家族の健康は主婦である私が管理することが必要」と、強く感じました。

T. S

今回、私は健康21大口町計画検討部会委員に大口町朝市会より出席をさせて頂き、食生活部会の中で皆さんと健康づくり計画策定に参加させていただき、毎土曜朝市に出品される新鮮・安心・安全な野菜を沢山食べてもらう話し合いもしました。又、会社を定年された方は町内にある空畑で、自分で野菜を作り地域の方々と健康になる話し合いをし、明るい、楽しい生活がしたいと思います。
大口町朝市会 佐藤久雄

自分のため、家族のために、いつまでも健康で長生きできれば！！
絶対主人のタバコを止めていただきたい。私のため、家族のため、主人のため検討部会に参加させて頂いたおかげで健康で動ける事のありがたさを再認識させて頂きました。ありがとうございました。

池田

酒・タバコ部会に偶然入りましたが、酒を少々が当たり前の日々を見つめ直すいい機会となりました。また、ほほえみプラザの禁煙拡大が出来たことは本当にすごい！事ですね。
大森康江