

☆市民活動をFMラジオで発信☆

『つなげよう！市民のチカラ！』

- 第77回：2021年11月28日（日）
- ゲスト：弘前市健康づくりサポーター連絡協議会副会長
城西地区健康づくりサポーター協議会会長
戸澤 一夫（タツリ 加ブ）さん



写真：戸澤さん

○ 放送内容

今回の放送では、弘前市健康づくりサポーター連絡協議会副会長の戸澤一夫さんが出演しました。戸澤さんはこの日、健康づくりサポーターの概要、活動内容、活動をするうえでの思いなどについてお話しをしてくださいました。

◆ 「健康づくりサポーター」とは？

健康づくりサポーターは、自ら健康づくりについて学び、実践しつつ、それを家族や地域の人に伝え、市民一人ひとりの健康づくりをサポートする人です。現在、274人のサポーターが、市内25地区に分かれてそれぞれ活動しています。なお、活動をするうえでは、毎年テーマを設けており、今年は「特定検診・がん検診は誰のため 自分のため 家族のため」をテーマに活動しています。

◆ 城西地区の特徴的な取り組み

長年、町会活動に携わってきた戸澤さんは、平成27年の健康づくりサポーター発足時に町会長から声をかけられたのをきっかけにサポーターになりました。戸澤さんの城西地区では、各種健診の受診率向上のために、チラシを每户配付するなど精力的に活動してきました。特に戸澤さんの町会では約350世帯を個別に訪問し、健診受診の重要性を丁寧に伝えながら、予防意識の啓発を図ってきました。このような地道な活動の継続もあり、地区全体の健康意識の向上が図られ、国保特定健診において市内25地区でもトップの受診率となったそうです。他にも、地域の小学校と連携し、小学生向けの「たばこの害」に関するチラシの作成・配付をするなど幅広く取り組んでいます。

◆ 全てはみんなの幸せのために

戸澤さんは、「健康は子どもから大人まで誰でも大切で、かけがえのないものです。健康でいることが幸せの基本であり、市民一人ひとりが幸せになるための活動は労をいとわないでやるべきだと思っています。『皆が健康についての知識を持ち、元気に、長生きして、幸せになる』これが私の一番の目的じゃないかなと思っています。」と熱く語ってくれました。

今後も持続可能な団体、活動としていくために、健康づくりサポーターを随時募集しています。自分の健康のため、家族、地域の幸せのためにサポーターになってみませんか？非常にやりがいのある活動だと思います。少しでも興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ先】弘前市健康増進課（弘前市保健センター） 0172-37-3750（直通）