

若林区で「健康づくり講演会」を行いました

10月7日、若林区中央市民センターにて「健康づくり講演会」が行われました。当日は42名の方々にご参加いただきました。

初めに、地域保健支援センター・丹治研究員から、昨年度作成したパンフレット「被災者健康調査でなにがわかるの？」を基に、被災者健康調査の概要・結果について報告しました。次に、辻センター長が「みんなで延ばす健康寿命 元気で長生き：5つの秘訣」と題して、講演を行いました。自分自身だけではなく、人と人がつながり、前向きに明るく人生を送ることが健康寿命を延ばす秘訣であると実感できる講演でした。講演中は、時に笑いも起こるなど、大いに盛り上がりました。

震災後5年目を迎え、当時の記憶を忘れずに生きながらも、前向きに明るく過ごしていけるよう、地域住民の健康づくりを支援していただけたらと思います。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

(公衆衛生学分野・丹治史也)

