

優3ゆめ1 ニュース

「優3ゆめ1健康づくりは、か・ん・た・ん」は健康文化への合言葉。私たち一人ひとりができることから健康なまちづくりに取り組みたいと思います。



養成講座を終え、浜田市長から授章を受けるプランナーたち。

健康文化都市南国
プランナー誕生!

健康文化都市づくりにあな
たの知恵と力を 健康文
化都市づくりを市民の視点で
考える健康文化都市南国プラ
ンナーを昨年十二月の広報で
募集。八十七人が集まり、一
月十七日から二月二十七日に
かけて六回の基本講座と十一
回の自由参加の講義を経て、
プランナーが誕生しました。

楽しんで活動を
プランナーの皆さんは、基
本講座で健康文化都市の理念
や、地域の活性化、愛着づく
りに取り組んでいるグルーブ
の活動、歴史、健康、社会問
題、市政などについての講義
や福祉施設、大源池、環境遊
戯、文化財の視察などを通し
て、南国市のことを学びまし
た。そのなかで、自分たちの
住んでいる地域のことを知る
楽しさを感じ、またそのこと
で南国市に対する愛着と誇り
を一層強く自覚し、そしてこ

身近なことから

取り組みを

三月十一日に第一回目の会
議が開かれました。この会で
は、それぞれの興味を持つこ
とに応じて、健康づくり、福
祉、環境、文化について話し
合いましたが、そのなかで次
のような提案がありました。

▼南国市はウォーキングがさ
かんなので、市民全体を対象
にしたウォーキング大会の企
画、各地域にモデルコースを
作るなど、だれもが楽しんで

▶基本講座で健康文化都市の理念
や、南国市のことを学びました。



歩けるような
環境作りをす
る▼各地区で
行われている
運動教室など
を広く知らせ
る▼小さなボ
ランティアの
ネットワーク
を作り、支え
合う活動を広
げる▼不法投棄をしないとい
うモラルの確立、ごみ減量の
ために努力する▼地域を知っ
てもらうために文化財の説明
をするボランティアを養成す
るなど、点として存在する文
化財を線につなげ、面に広げ
て活用する



施設などを視察するプランナーの皆さん

報を通じて文化財を紹介する
などの取り組みをすれば、み
んなに南国市のことを知って
もらえるのではないでしょ
うか、特に若い人が魅力を感じ
るような市にできればと思っ
ています。乳児期の育児の応
援など、南国市に住んでよか
ったと思えるような環境づく
りから地域への愛着が生まれ
てくるのではないでしょう
かと話してくれました。

1か月児健康診査を実施



料を行っていません。ぜひ
受けてみてください。

訪問回数は年一回。ただ
し、継続的な保健指導が必
要な場合にこの限りではあ
りません。

※お申し込み、お問い合わせ
は保健福祉センター(☎
7373)まで、随時受
付しています。



チャーマ・オクレ (ナイジェリア)
Chuma Okere

3年前に高知医科大学へ留学してきまし
た。専門は胎生生理学でネズミを使って実験
研究をしています。日本語で説明するの
はむづかしいです。(日本語で聞いても意味
わからず:取材記者)最初は、おじぎを
してあいさつするのもまどいしました。

スーパーマーケットでは、砂糖と塩の区
別がつかず、使ってみて間違えたことに気
がついたり、むだな買いものをしました。
6か月後に妻が来日し、こちらで2人子供
が生まれました。出産のとき、ナイジェリ
アでは、家族みんなが助けてくれるので、
こちらでの、2人だけの子育てはたいへ
んですが、私も手伝っています。研究室の
生協の畑に入ってそこで注文していますの
で買ものにあまりいけないけれど便利だ
と思います。妻は今はまだあまり外出がで
きないので家にきてもらって英語を教えたり
しています。これからもうどうぞよろしく。

市民大学

【とき】 下表の日程で午後
1時30分〜3時30分
【ところ】 大塚公民館
【申し込み期間】 4月18日
(月)〜5月7日(水)
【受講料】 無料
申し込みなしでも受講で
きますが、5月21日(火)の高
須浄化センターの現地学習
は定員が70人です。必ず申
し込みをしてください。

※申し込みは電話またはハ
ガキに「市民大学受講希望」とし、住所・氏名・年齢・
電話番号を記入のうえ中央
公民館(☎7783 南国市
大塚甲2-125 ☎7334
98)まで

とき	演 題	講 師
5/9(木)	「生ゴミ」リ・サイクル 生ゴミがゴミでなくなる堆肥づくり	土佐山田町婦人会会長 大石信子 氏
16(木)	ぼけない方法を教えます	高知医科大学健康増進部 真田順子 氏
21(火)	浄化施設の見学(現地学習)	浦戸湾東部流域 高須浄化センター
24(金)	差別のない社会をつくるために	県民教育研究協議会会長 山崎俊明 氏
30(木)	長宗我部元親 ―「元親記」「夏草 の賦」をめぐって―	高知大学名誉教授 岡林清水 氏

在宅心身障害児・者の
歯科保健サービス

入れ歯の調子が悪くて、
ものがよくかめない、最近
歯が痛い、何年も前を診て
もらっていないなどの理由
で歯医者さんに診てほしい
たいが、お家で寝たきり、
または病院まで通院できず

にお困りの方はいませんか、
そんな方のために、歯医
者さんと歯科衛生士さんが
お宅で口の中の清掃、義歯
の使用方法などをお家の家
庭指導、虫歯の応急処置な
どの在宅訪問歯科健診(無

健康診査実施医療機関、実施日時

医療機関	健 診 日	受 付 時 間
日村こどもクリニック	毎週火・金曜日	午後1時〜 1時30分
農協病院小児科	金曜日	〃 0時30分〜1時00分
吉本小児科	火曜日	〃 1時30分〜2時
市病内科小児科	随時(特に日時の指定なし)	

※ただし、祝祭日、年末年始は実施しません。また、医療機関
の都合により実施しない日もありますので、ご確認ください。