

健康ウォークで“見える化”

だんだん
見えてきました・・・



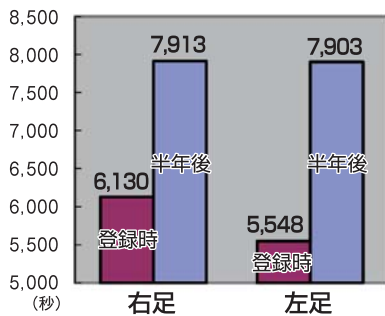
【問】福祉保健課 健康推進係 健康ウォーク事務局 ☎(72)6883

片足立ち 半年間で大幅記録更新

平均すると一人当たり、なんと片足10秒以上記録が伸びました

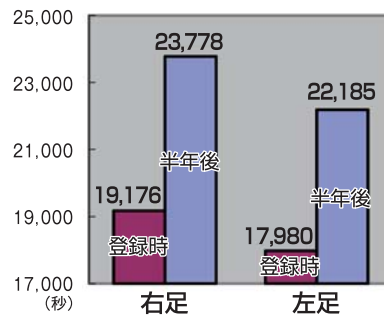
片足立ちの合計秒数

64歳以下 閉眼片足立ち (233名)



片足立ちの秒数の233人の合計が両足で4,100秒以上伸びています。

65歳以上 開眼片足立ち (376名)



片足立ちの秒数の376人の合計が両足で8,800秒以上伸びています。

ウォーキングマップを作成しました!



いつもと違うコースを歩いてみませんか?

コミュニティ運営協議会、自治組織運営協議会に協力いただき、ウォーキングマップを作成しました。マップは玖珠町B&G海洋センターと4地区自治会館に設置しています。玖珠町ホームページでもダウンロードできます!

健康ウォークの登録期間を
平成30年3月まで延長しました!

その場で登録ができるようになりました。

登録日 毎週水・金曜日
午前9時～午後4時
他の曜日を希望場合要予約(平日のみ対応)。

場所 玖珠町B&G海洋センター
健康ウォーク事務局

必要なもの 500円、印鑑

かんきょう情報 第18号

【問】環境防災課 環境係 ☎(72) 1137

食品ロスは、
社会的な問題!
「30・10運動」
サンマルイチマル



「あなたの心に
「もったいない」を
飲食店などからの生ごみのうち、約6割が「食べ残し」です。宴会などでの「食べ残し」を減らすため、開始後30分と終了前10分は、離席せず食事を楽しみましょうという運動です。

取組内容

- 1 注文は適量にしましょう
- 2 乾杯後30分間は席を立たず料理を楽しむ
- 3 お開き前10分間は自席で再度料理を楽しむ

PM2.5(微小粒子状物質)の注意喚起

4月、5月はPM2.5(微小粒子状物質)の濃度が高くなる傾向があります。1日の平均値が基準を超えると予想される場合は、防災無線や、県ホームページなどで、注意を喚起します。

注意喚起のお知らせがあったら・・・

なるべく外出を控え、屋外で長時間の激しい運動を避けてください。



性的少数者と人権

知っていますか？ LGBT

Lesbian (レズビアン) ~女性同性愛者

Gay (ゲイ) ~男性同性愛者

Bisexual (バイセクシュアル) ~両性愛者

Transgender (トランスジェンダー) ~心と体の性が一致しない人

※Q(クエスチョン)、上記のどれにも当てはまらない人もいます。

性的指向や性自認が大多数を占める人々と同じでない場合、差別や虐待の対象とされることがあります。LGBTの割合は7.6% (電通ダイバーシティ・ラボ「LGBT調査2015」)との調査もあり、日本における左利きの人やAB型の人との割合とほぼ同じで、実は身近な存在です。

自分がLGBTであることを公言する人は少なく、LGBTで悩んでいることを誰にも相談できずに苦しんでいる人も多くいます。

多様な性のあり方を認める教育・啓発を進め、自分らしさを大切にできる社会の実現が求められています。

用語解説

性的指向：いずれの性別を恋愛や性愛の対象とするかといった概念。

性自認：生物学的性に関わらず自分の性別をどう感じているかという、自己の性別に関する認識。必ずしも男と女に分かれるものではありません。



4月の行事予定

※(セ)人権同和啓発センター (集)十五駄集会所 (メ)メルサンホール

6日(木) 茶道教室(セ)	13日(木) 生花教室(セ)	24日(月) カラオケ教室(セ)
9日(日) 編物教室(集)	17日(月) 生花教室(集)	26日(水) 書き方教室(セ)
10日(月) カラオケ教室(セ)	18日(火) 陶芸教室(セ)	27日(木) 茶道教室(セ)
12日(水) 料理教室(集)	23日(日) 編物教室(セ)	27日(木) 人権なんでも相談(メ)
書き方教室(セ)		生花教室(セ)

犬のフンは持ち帰りましょう！



犬のフンの片づけは、飼い主の最低限のマナーです。犬を散歩させるとき、フンは必ず持ち帰りましょう。

啓発用の看板を用意しています。ご希望の方は環境係までご連絡ください。

4月のごみ出しカレンダーは、本誌21ページに掲載しています。

環境学習会 開催しませんか？

自治区・保健委員・PTA・老人クラスなど、地域やグループで、環境やごみについて考える機会をつくりませんか？職員が伺って学習会を行います。

環境係までお問い合わせください。

と、各自治会館に置いてありますのでご利用ください。



今年度の環境カレンダーを3月15日の自治委員文書でお届けしています。お手元がない場合は役場窓口

届いてますか？ 環境カレンダー