

目指せ！長寿の町

大会で400人が健康宣言

板柳

板柳町は4日、町多目的ホールあぶるで健康宣言大会を行った。町民約400人が健診の受診、食生活改善や禁煙に取り組むことなど5項目を宣言した。

板柳町民の平均寿命は男性77・4歳、女性86歳。大会では成田誠町長が「町民の平均寿命は年々延びているが、全国的にはまだかなり低い」と述べ「より健康で長生きできる社会を目標に健康宣言し、長寿の町を目指す」とあいさつした。

宣言内容は①いつも進んで健診を受ける②大切な睡眠と休養を上手にとる③野菜をたくさんとり、バランスよく食べる④仲間と楽し



みながら身体を動かす⑤禁煙・分煙、適正飲酒を心掛

ける上で、頭文字を並べると「いたやなぎ」となる。このほか、町内12団体が「私たちの健康宣言」として、献血を推進する「運動習慣を身に付ける」などと誓った。

また、弘前大学の中路重之教授が基調講演したほか、鬼武田美子さんの健康体操指導、園児、児童のよさこいやダンス発表も行われた。

（小路口裕充）

健康増進へ向けた取り組みを誓いガッツポーズする板柳町民