

健康寿命をのばそう

Let's extend Healthy Lifespan

現在、国民の平均寿命が延びている一方、健康な体で自立した生活を送ることのできる健康寿命は、平均寿命に比べ男女共に短いというデータが報告されています(2016年データ/厚生労働省)。健康寿命を延ばすため、多くの自治体・企業・団体がやっている様々な取り組みをご紹介します。

ヘルス&ウェルネスへの貢献を目指した G.G世代のコミュニケーションオアシス

“地域住民の健康年齢をのばす”をテーマに、イオンスタイル新茨木では多彩な取り組みを行っている。関連商品の提供だけでなく、健康知識のほか、50代後半以降のアクティブシニア「G.G(グランド・ジェネレーション)世代」が集い・交流する場といった環境の提供など、積極的な健康発信基地を目指している。その意欲的な試み取材した。



朝8時半から開催している「元氣いばらき体操」の様子。

身体に優しい食品を充実

健 康年齢の延伸をテーマにした1階の食品フロアは、茨木市の活動「適塩宣言」と連動した減塩関連商品をはじめ、オーガニックやカロリーオフ食品を豊富に揃え、ロカボ(適正糖質)食品コーナーも常設。

2階には陸上トラックをイメージした楕円形のウォーキングコースを設置。また、自然に階段を上りたくなるよう、南階段の



1階食品フロアのロカボ(適正糖質)食品コーナー。



2階ウォーキングコースのスタート地点、コース一周は175mある。

1階から屋上までは段数を表示し、健康づくりを促す工夫も凝らす。

憩いの場としての役割も

物 販だけでなく、健康年齢を核とした交流にも力を入れる同店。2階のイベント会場では、日曜を除く毎朝8時半からだれでも参加できる「元氣いばらき体操」を実施し、“運動”をテーマにした新しい朝のライフスタイルを

提案中。当初20人ほどだった参加者は次第に増え、車いす利用者も含め今や多い日で40人以上になる。また、館内にはカフェやイートイン、ベンチなどくつろぎの場が多数。「これからも地域のお客様に喜ばれる健康に関する商品やイベントを実施していきます」と店長は語る。

イオンスタイル新茨木

茨木市中津町18-1
営/7時~23時
※一部の売場・専門店は営業時間が異なります。
TEL.072-632-5511

口の中から健康寿命を延ばす 口腔細菌の最先端研究

高槻市・高槻商工会議所・市民と一体となって事業を展開する「たかつきモデルプロジェクト」。今回、口腔細菌がもたらす健康への影響を大阪医科大学(口腔外科学教室)植野教授および同大学(衛生学・公衆衛生学教室)玉置教授に話を伺った。



口腔外科学教室 教授 植野 高章さん



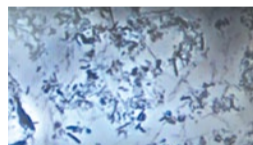
衛生学・公衆衛生学教室 教授 玉置 淳子さん

唾液の状態 将来の病気がわかる

医 療において予防・未病の重要性を注視する昨今、肺炎・糖尿病・動脈硬化などの疾病も予防医学を観点とした研究結果によって、歯の健康が関与していると言われている。「各々の唾液にも個性があり、口腔内細菌叢(そう)で将来どのような病気になりやす

いかわかる可能性があります。口腔内にトラブルがあった時にだけ歯科に通うのではなく、普段から健康の為に口腔内に関心を持ってほしい」と両教授は語る。

歯の数や噛む力や舌圧などの口腔機能は認知症や高齢者の疾病にも関係し



肺炎・糖尿病・動脈硬化など、患者固有の口腔内細菌叢の細菌比率や分布パターンを知ることにより、将来なりやすい病気を予測する。

ており、「人生を楽しむ」ためにも、口腔健康を保つ事は重要であると言えます。

口腔健康を北摂全域へ

昨 年、食育フェア・たかつき健康21・産業フェスタなどの健康増進プログラム・市民公開講座が高槻市で行われた。イベントでは、歯の数・歯周組織・唾液量などの「口腔衛生検査」

や噛む力や舌圧などの「口腔機能検査」を行い、参加者は検査を受ける事で口腔健康の重要性を意識し始めたという。将来は北摂全域にまで口腔健康の重要性を広めていく考えである。高齢者だけではなく、それぞれの年代に応じたオーラルケアは、今後ますます注目されていくであろう。

大阪医科大学

高槻市大学町2-7
TEL.072-683-1221

摂津市商工会

人手不足で困っている 中小企業経営者に聞いて欲しい!

外国人労働者を雇う際の基礎知識と注意事項
人手不足解消の戦力として外国人労働者を雇う際のポイントを過去の実例を踏まえてお伝えする無料のセミナーです。

セミナー内容

- 在留資格を理解する
～働ける資格、働けない資格～
- 外国人労働者を受け入れるための手続き
- 大卒エンジニア等の受け入れについて
(在留資格「技術・人文知識・国際業務」)
- 留学生のアルバイトについて
- 雇用後に事業者が行うべきこと
- 起こりやすいトラブルを回避するには?

日時 6月17日(月) 14:00~16:00
講師 鈴木 睦美 行政書士・キャリアコンサルタント
場所 エルおおさか南館4階 会議室A
大阪市中央区石町2-5-3
問合せ 摂津市商工会 TEL06-6318-2800

茨木商工会議所

事業者向け! キャッシュレス決済導入セミナー

【日時】 6月17日(月)
(第1部) 14時~16時
(第2部) 19時~21時
【会場】 北おおさか信用金庫本店 7階会議室
茨木市西駅前町9-32
JR茨木駅西口徒歩3分

【内容】 ・セミナー:
キャッシュレス化の必要性やメリット
QR型決済サービス等のご紹介など
・個別相談: Origami, J-coin, ゆうちよ、
楽天、りそなキャッシュレスプラットフォーム

【対象】 事業者さまならどなたでも
【費用】 無料
【主催】 島本町商工会、吹田商工会議所、
摂津市商工会、高槻商工会議所、
茨木商工会議所

問合せ 茨木商工会議所
茨木市岩倉町2-150立命館いばらきフューチャープラザ
TEL072-622-6631

高槻商工会議所

初めの一步を踏み出そう! 創業スタートアップセミナー

主婦、学生、会社員など創業に関心のある方なら、どなたでも参加可能です。 <受講生募集>

【日時】 6月30日(日) 14時~16時
【会場】 高槻商工会議所 4階大ホール
【参加費】 無料
【定員】 40名(申込順)
【カリキュラム】

■講義(14時~15時40分)

- ・創業することとは
- ・創業に向けての心構え
- ・自己の棚卸し
- ・創業者の適性診断
- ・創業に成功する人、失敗する人
- ・創業までのスケジュール
- ・ビジネスチャンスの発掘

■支援施策の紹介(15時40分~16時)

問合せ・申込み 高槻商工会議所中小企業相談所
TEL072-675-0484 <http://www.takatsukicci.or.jp>

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO
TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは?そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します!