



みんなでのぼそう！健康寿命！ スマイルエイジング

スマイルエイジングとは、スマイルの源となる「心身の健康」を保ちつつ、誰もが笑顔で年を重ねていくことで、「健康寿命の延伸」を目標とするものです。このコーナーでは、スマイルエイジングの「知守」「食事」「運動」「交流」の4つの分野について、詳しくご紹介します。

健康増進課 ☎ 71-1814

11月はスマイルエイジング強化月間

いつまでもあなたと笑顔で年を重ねたいからみんなで健康チャレンジ宣言！

市では、市民の健康づくりのきっかけとなるように、健康に関する様々な取組を市民や関係団体との協創^{*}により集中的に実施する月間として、11月を「スマイルエイジング強化月間」としています。

※協創とは、市民や各種団体、学校、大学、企業などと行政がお互いの立場を尊重しながらともにまちをつくっていく取組のことです。

スマイルエイジングの ロゴとキャラクターを作成しました！



スマイルエイジング

「スマイルエイジング」に関する情報等を分かりやすく市民のみなさんにお伝えするため、親しみのあるロゴとキャラクターを作成しました。本市出身のスマイルプランナーにより、Smileの「S」とAgingの「A」の頭文字でデザインされました。キャラクターの名前は「スマエジちゃん」です。「スマエジちゃん」が市民のみなさんの健康づくりを応援しています！

第11回 SOS 健康フェスタを オンラインで開催します！

「第11回 SOS 健康フェスタ」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止およびこれからの「新しい生活様式」の実践を踏まえ、動画配信を中心に開催します。ぜひ、視聴してください。

【テーマ】ひと まち スマイル
新たな スタイルで つながりを！

●配信期間 11月15日(日)～30日(月)

●内容

「健康・スマイル」からイメージする絵画、書道、川柳、標語コンクール、健康づくりに関する関係団体の動画配信(例：SOS おきよう体操) など

●医師会講演会「子どもとメディア」

講師：砂川 新平(すながわこどもクリニック院長)

●配信先 SOS 健康フェスタ 2020 YouTube

♪みんなで一緒に動画を観ながら参加しよう♪



YouTube



水道のことは水道局まで ☎ 83-4111

水とくらし



災害備蓄用水道水ペットボトル「森響水」

水道局では、災害や事故による断水等が発生した場合を想定し、「森響水」を備蓄しています。「森響水」とは、水道水を活性炭ろ過および加熱処理して、500mlのペットボトルに封入したものです。賞味期限は約2年あり、水道局や災害時緊急一時避難所に常備しています。また、水道事業をPRするイベント等で配布しています。



災害時の飲料水等を確保しましょう

災害発生時には交通手段の途絶や渋滞等により、応急給水体制が整うまでに時間がかかる場合があります。平常時から各ご家庭でも、ポリタンクやペットボトルの空容器などに水道水を入れて飲料水を確保しておきましょう。

- 容器に入れた水は、3日を目安に入れ替えを行い、空気が残らないよう密封して、必ず冷暗所で保存(浄水器をとおした水は塩素が除去されているため1日程度)
- トイレ、洗面所の生活用水としてポリバケツなどに「風呂水の汲み置き」をする