

イワくんの ちょっとイワせて

第1回



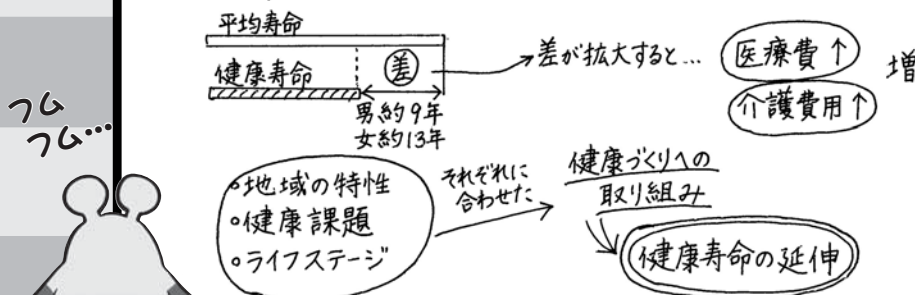
イワくんどうしたの？

今月からボクのコーナーで、健康づくりに役立つ情報を皆さんに届けるって聞いたけど、何をしたらいいのかわからないよぉ…。そもそも、どうして健康づくりのことを取り上げるの？ひゃっぴい体操なら教えることができるけど…

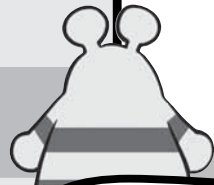


イワくん勉強中！

健康寿命～健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間



つむ つむ...



イワくんわかった？

健康寿命と平均寿命の差が小さくなれば、医療や介護の費用が減るし、生活に与える影響も小さくなるってことかぁ。
 じゃあ、ボクは健康寿命を延ばすための取り組みを勉強して、皆さんに伝えるよ。いつまでも健康でいきいきとした生活を送ってほしいからね。
 皆さんは、このコーナーでボクが伝えることを実践して、健康寿命を延ばしてくださいね。
 一つひとつの積み重ねが大事ですよ！



人の動き (平成26年12月31日現在)

- 住民基本台帳 人 □ 総数 86,054人(前月比 -126)
- 男 40,373人(前月比 - 60)
- 女 45,681人(前月比 - 66)
-
- 世帯数 42,243世帯(前月比 - 26)

岩見沢市役所

☎ 068-8686 北海道岩見沢市鳩が丘1丁目1番1号
 ☎ 0126-23-4111 FAX 0126-23-9977
 ホームページ <http://www.city.iwamizawa.hokkaido.jp>

- ▶救急当番医ガイド ☎ 0126-23-5153
- ▶消防テレホンガイド ☎ 0126-24-0119



今月の表紙

これがオトナの撮り方よ！