

## みなさんと 医療生協の「わ」を 広げよう



しが健康医療生活協同組合

専務理事 足立 知子

滋賀県の男性の平均寿命が81・78年で全国1位(2015年)、女性は87・57年で全国4位ですが、2018年公表された「健康寿命(日常生活に制限のない期間の平均)」は男性が72・30年で16位、女性は74・07年で42位と平均寿命との差が大きく開いています。厚生労働省が2005年から中高年の生活に関して継続的におこなっている「中高年者縦断調査」によると、自身の健康状態を「良い」と思っている人は、近所

付き合いをいつもすると答えた人が80・7%、近所付き合いをしないと答えた人は69・8%で、このほかの項目でも▽友達付き合い▽家事▽自分の孫や子どもとの世話でも、同様の傾向がみられるそうです。

また、調査開始時から運動を続けている人の方が運動をしていない人より健康状態が「良い」と思っている割合が高く、また、よりの息が弾む運動をしている人ほど、健康状態が「良い」と思っている割合が高かったとのこと。人とながら、運動を続ける生活をするのが「健康寿命」を伸ばすことになります。

医療生協がめざす「地域まるごと健康づくり」はまさに、地域でのつながりづくりと運動を続けられる環境づくりをすすめていく活動です。2018年も組合員のみなさまとご一緒に、地域に医療生協の「わ」をひろげていきたいと思えます。

今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

あけましておめでとう  
ございます 2019年1月



今年も組合員のみなさんと一緒に  
がんばってまいります。

しが健康医療生活協同組合理事一同

# 地域まるごと健康づくり

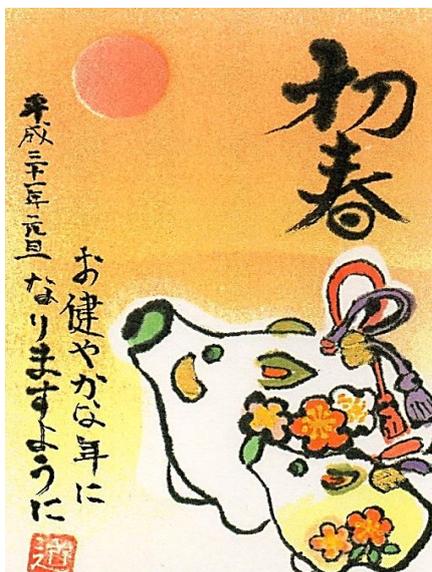
しが健康医療生協の各支部・準備会は、組合員のみなさん・地域のみなさんといっしょに進めていきます。

寿の並んで

おりぬ箸包

ほほえみ俳句サークル

西村 雅尾



絵手がみサークル「虹」作品