



平成27年8月15日発行 第61号

社会福祉法人 こころ

理事長 金子 智子

諏訪市高島三丁目1300番地1

TEL0266-54-5560

FAX0266-54-5561

製作 編集委員会

# 7/25 諏訪よいてこころイキイキ連 出場



## JA 信州諏訪特別賞に輝きました

7/25 (土) 晴天に恵まれたこの日！仕事帰りに、日々一生懸命練習を積んだ成果を発揮する日がやってまいりました。

手首にお揃いの鈴を付け、定番のこころの法被を身にまとい、並木通り・柳並通りを優美に踊りました。その結果、**JA 信州特別賞**を頂く事が出来ました。副賞に「セロリ」を頂戴しました。参加して下さいました職員の皆様おめでとう！暑い中お疲れ様でした！！

市民新聞に掲載された写真です。



## 「長寿日本一」から「健康長寿世界一」へ

～信州 ACE(エース)プロジェクトを実践しよう～

長寿日本一を達成した長野県。これは、先人たちの努力の成果です。生きがいを持ち、しあわせな生活を送るためには、現状に満足することなく「健康で長生き」を目指すことが大切です。長寿日本一そのものは大変誇らしく、喜ぶべき成果なのですが、手放して喜んでばかりいられません。気になるのは、脳卒中などの脳血管疾病による死亡率が全国に比べて高いことです。脳卒中などの生活習慣病の原因となる高血圧や肥満、糖尿などの予防は差し迫った課題となっています。また、これらの症状が同時に現れると生活習慣病のリスクは飛躍的に高まります。「健康で長生き」するためには生活習慣病の改善に取り組むことが必要なのです。ACE(エース)とは、脳卒中などの生活習慣病予防に効果がある action(アクション：体を動かす) check(チェック：検診を受ける) Eat(イート：健康に食べる)の頭文字を表し、世界一番(ACE)の健康長寿を目指す思いを込めました。

ちよつと!教えて



長野県広報より引用





