健康福祉

元気よく生きたい、暮らしたい

暮らしの心地よさは、毎日健康に過ごせることや自分のコミュニティの中でお互いの気持ちが通じ合い、安全で安心して生活ができることにあります。そうしたまちづくりを進め、笑顔の絶えない暮らしを支えます。

安平町公式HP
暮らしと手続き

健康状態を知ることが健康で過ごすことの第一歩

いつまでも健やかに過ごして欲しい。そんな思いから、健康診断、ガン検診はすべて無料。お年寄りだけではなく、若いうちからしっかりとした健康管理が必要です。毎日元気で働ける喜びを感じる、安心の暮らしを守ります。

病気のときも、町内2地区にある身近な医療機関で診察、適切な処置が行われ、必要に応じ転院などの対応が行われます。

健康状態を知って、より健康で元気のある生活へ

いつまでも元気でいて欲しい。そんな思いから、身体内部の体脂肪や筋肉量などを測定するインボディ事業を行っています。インボディ事業を通じ、運動のきっかけづくりを行い、まちのプールで行われる教室などへの参加を促し、そのほかにも食生活から始める健康づくり支援として、管理栄養士による食の相談なども行っています。

楽しみながら身体を動かす小さいまちでも施設は充実

2つの野球場、スキー場、屋内外のスケートリンク、屋内プール、2つの屋内ゲートボール場、テニスコート、パークゴルフ場、そのほかアスレチックのあるキャンプ場、そして森の中の自然を満喫しながら遊ぶプレイパーク。そんな施設を利用して、水泳やヨガ、ノルディックウォーキング教室など健康で長生きできるための取組みを進めています。

そのほか、高齢者向けには「足腰しゃんしゃん教室」などを行い、地域全体での健康づくりを進めています。

移住して 安平町で挑戦 介護支援

ケアマネージャー
土屋さん

Interview

小さい町だからこそ深くケアできることに誇り。

受けられる制度や支援を利用者さんにお伝えし、行政との橋渡し役を担い、安心できる生活を組み立てることがケアマネージャーの仕事の1つです。

大きな規模のまちだと隣人関係が希薄になりがちですが、安平町は地域住民同士で支え合う姿もあるなって。それは、まちの強い魅力だと思うんです。

そういった環境だと、ケアマネージャーとしても仕事がしやすく、素早い対応や親身な関わりに繋がっています。一体感のある地域性や小さなまちだからでしょう。高齢になっても安心して過ごせるよう、行政と連携をとりつつ、安心して生活できるまちであり続けられるために頑張りたいです。

（この記事は2020年初版発行時のものです。）