



ジョギングで秋の葉山を楽しむ
(ジョギング in はやま)



笑って動いて介護予防♪



キッチンはやまで食から健康！

新年あけましておめでとうございます

町は皆さんの健康のために 皆さんは葉山の健康のために

新年あけましておめでとうございます。

今年が2年目になりますが、葉山町は引き続き「健康」をテーマに町政運営をまいります。昨年は予防や健診など、新しいメニューを用意しましたが、他にも11月の「はやま南郷ヒルクライムスプリント」のように、身体を動かすことの大切さも考えました。レースには、町内はもちろん、県外からも多くの方が参加されました。自転車安全教室も同時開催し、走る楽しさと安全への配慮を皆さんと共有することができました。

また、町で初めて開催した「町民体力測定」。様々な年齢の方が参加してくれました。私も体力の衰えを承知しつつ、測定結果はB判定。自らの体力を振り返る機会となったものの、その後1週間膝が痛むなど、情けないことになりました。

健康といっても身体の健康、心の健康、社会の健康など色々な種類があります。

平成28年度も、高齢化が進む中で年齢に関係なく健

葉山町長
山梨
崇仁



やかで心豊かな生活が送れる「活力ある町の実現」を目指して、一人ひとりの心身の元気維持、自分を知ること、健康に良い習慣を身につけることなど様々な取組みを展開してまいります。

昨年大活躍したラグビーワールドカップの日本代表。その「One for all, all for one (一人はみんなのために、みんなは一つの勝利のために)」は、優秀な選手でも一人では限界がある、一人ひとりが共通の目標に向かって努力したことが大きな力になる、ということを重んじた精神です。

健康も皆さん一人ひとりの取組みに加え、ご家族、町全体で取り組み、「人の笑顔が素敵な町 葉山の健康」をつくることになります。

本年も葉山、そして世界の人が笑顔で、健康で、多くの幸せがありますことを心よりお祈り申し上げます。



B判定…本当に疲れました…