

回覧

令和7年10月
41号

操南愛育だより

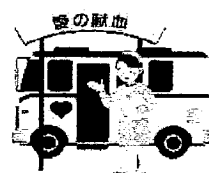


酷暑も過ぎ涼しい秋風の心地よい季節になりました。日中との寒暖差で体調を崩しがちです。インフルエンザや新型コロナの感染者数の増加のニュースも耳にします。

引き続き、お体に気をつけてお過ごしください。

今年度の主な行事

11月2日(日) 午前9時～ 第52回操南学区スポーツフェスタ
(操南小学校運動場)



12月6日(土) 受付9時30分～ 第8回操南ええところオーキング *「要予約」
「操南中学校区健康市民おかやま21推進会・操南公民館共催」
(岡山ふれあいセンター軽スポーツ広場)

12月7日(日) 午前10時～ 第21回翔け操南ふれあい祭り(操南小学校運動場)
日赤献血車もやってきます(10時～13時)

特定健康診査を受けましょう!!

特定健康診査が12月末までです。まだ受診していない方はお早めに受診してください。

「さんさん育児相談」(1歳未満の乳児の保護者対象)

12月1日(月)・3月2日(月)

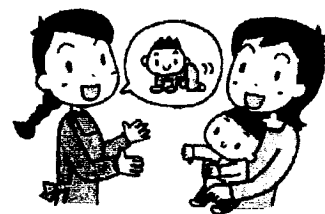
〔内容〕 身長、胸囲、頭まわり、体重の計測

※ 予約制のため事前に岡山市ホームページからの申し込みが必要です。

中区保健センター(桑野ふれあいセンター内)

TEL 274-5164

・親子手帳(母子健康手帳)、バスタオルをご持参ください。



<重点目標>

母と子及びすべての世代の健康づくり運動をすすめましょう

- ・声かけなどを通じ、がん検診・特定健診の受診をすすめましょう
- ・「健康市民おかやま 21」を推進し、健康寿命を延ばしましょう
- ・みんなの健康を守るため禁煙・受動喫煙防止の輪を広げましょう

責任者

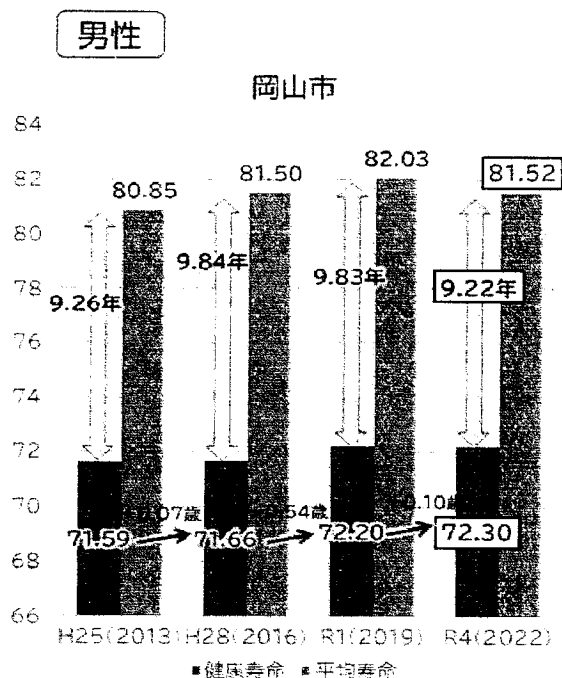
中区倉田 646 - 11

山崎 真理子

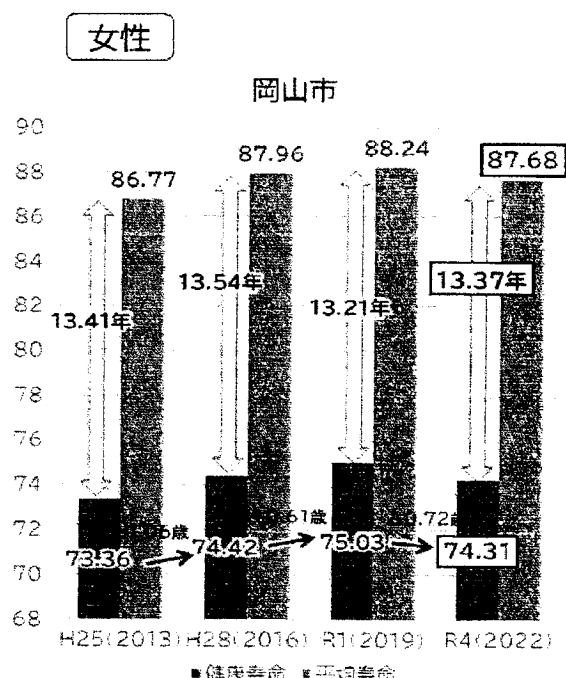
岡山市の健康寿命はどのくらい？

岡山市の健康寿命は令和4年時点で、男性が72.30歳、女性が74.31歳となっており、平成25年から約10年で男性は0.71歳、女性は0.95歳伸びています。

平均寿命と健康寿命の差は、男性9.22年、女性13.37年と全国平均より長くなっており、この差を縮めることが重要です。



令和4年 全国との比較	岡山市		全国	
	男性	女性	男性	女性
平均寿命	81.52	87.68	81.05	87.09
健康寿命	72.30	74.31	72.57	75.45



※平均寿命：「0歳児の平均寿命」のこと
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」のこと

健康寿命の推移(男女別グラフ)

<出典>

令和6年度 厚生労働行政推進調査事業費補助金(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)分担研究報告書「健康寿命の算定・評価、関連要因に関する検討」。