

HIVとエイズの違い、知っていますか？

エイズは、HIVというウイルスの感染により、免疫力が下がることで発症するさまざまな病気の総称です。毎年12月1日は「世界エイズデー」。世界中でエイズ蔓延防止と患者や感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的に、エイズに関する啓発活動が実施されています。

昨年は11月20日に、岡山大学の大学祭で「世界エイズデーin岡山」を「若者から若者へ伝える」というコンセプトでメインのスタッフに学生が参加し、その他に医療関係、愛育委員会、ボランティア団体の方々と協働して開催しました。エイズ・性感染症についてクイズを解きながら正しい知識を身につける「エイズカフェコーナー」、HIV検査疑似体験、エイズキルト作成体験コーナーに400名を超える参加がありました。



▲学生さんもキルト作成に挑戦!!

レッドリボンは、エイズに対する理解と支援の象徴です



▲「エイズカフェコーナー」の様子

HIVに感染しても自覚症状はないため、HIV抗体検査だけが感染発見の手段です。ただし、血液中にHIVの抗体が大量にできるまで6～8週間かかるため、感染の可能性があった日から少なくとも3ヶ月経ってから検査を受けましょう。原則無料・匿名で受けられます。

検査の予約や相談はこちらへ…

エイズ・性感染症ホットライン

TEL. 086-803-1269

月～金曜日/9時～12時

健康フェスタ in ふれあい

すすめよう家族みんなの健康づくり

日時 ● 平成17年3月13日(日) 10:00～15:00

会場 ● 岡山ふれあいセンター

岡山市桑野715-2 TEL086-274-5151

● オープニング 10:00～10:10

● ポスター展表彰式 10:10～10:25

市内の小・中学校に在籍する生徒の応募作品の中から優秀な作品を表彰

● 実践発表会 「健康市民おかやま 21! 私たちの実践」 10:30～12:30

ユニークな地域づくり活動の発表

コメンテーター：藤内 修二先生 ヘルスプロモーション研究センター理事

● 健康講話 「家庭でできるツボ健康法」 13:30～14:00

● 展示・健康チェック・相談コーナー 11:00～15:00

(血管推定年齢測定・超音波骨量測定・活力年齢測定・アロマトリートメント体験・マッサージ体験等)



主催：健康市民おかやま 21 推進会議・岡山市

お問い合わせ先：岡山市保健所保健課健康増進係 TEL086-803-1263



健康で豊かな生活をめざす
愛育活動の情報誌

発行/岡山市愛育委員協議会

事務局/〒700-8546岡山市鹿田町1-1-1

岡山市保健福祉会館2階

TEL.086-803-1263 FAX.086-803-1758

2005.2

21



ストレスの多い毎日
積極的にストレス解消法を
取り入れましょう!

ストレスから
自分を守るために
実践しよう!

あい
トーク

♥ 健康は心と身体のバランスから…

ひとりから家庭へ、地域へと、やさしい思いを伝えることで、本当の意味での健康づくりが広がっていくと思います。

箕島地区

箕島ええとこ
ハイキング

10月22日箕島地区では、コミュニティ協議会をはじめ地域の方々が協力して、「ええとこ発見図」を活用した箕島ええとこハイキングを開催しました。

このハイキングは、「ええとこ発見図」を各地域で活用するために、事例から学ぼうという趣旨で愛育委員協議会の理事や (愛育活動の情報誌) の編集委員などを対象に実施しました。

妹尾支所長が、箕島の地名の由来や歴史などを、歩きながら説明してくれました。そのことで、より地域を身近に感じられ、愛着が湧いたと参加者からの声がありました。

このハイキングを通して、「ええとこ発見図」をもっと活用していこうと思いを新たにしました。



昼食風景

愛育委員協議会

みんなで子育て
in 岡山ドーム

みんなで子育て in 岡山ドーム実行委員会・岡山市・岡山市教育委員会の主催で、11月7日「みんなで子育て in 岡山ドーム」が開催されました。愛育委員協議会では、「健康づくりキルト」、「ええとこ発見図」、 (愛育活動の情報誌) の展示をしました。

禁煙キルトの前では、若いお父さんが受動喫煙の話に関心を持ち熱心に耳を傾けてくれました。また「ええとこ発見図」を見て、歩いてみたい場所の地図を持って帰られた方もいました。

このイベントを通じ、子どもたちがすこやかにいきいきと育つよう、地域のみんなで子育てをしていこうという気運が高まりました。



展示コーナーの様子



南地域

聞いて！
私たちの健康 21

「さわやか健康ひろば」が南ふれあいセンターで開催され、実行委員の一員として、愛育委員も協力しました。

測定や相談のコーナーで自分の健康状態を確認したり、ホールでは「聞いて！私たちの健康21」と題してリレートークが行われました。12組の個人・団体の健康に対する取り組みや調査が次々に発表され、こころと体の健康を願う熱意が、しっかり伝わってきました。

また、「ええとこ発見図」を参考に、全10地区がウォーキング大会を行い、合わせて約650名の参加者が心地よい汗を流しました。

改めてみなさんの健康への思いを感じ、これからも愛育委員として、地域全体の健康づくりのためにがんばっていきたくと思いました。



リレートークの一場面

あい探訪



豊地区

豊地区愛育委員会では、豊コミュニティハウスにて運動指導員の楽しく分かりやすい解説で、ストレッチやウォーキングフォームの実習指導を受けました。定例会にはないリラックスした笑顔と、快い汗を流しました。

次回は、豊地区の風景をウォッチングしながら大寒ウォーキングを計画しています。



雄神地区

雄神地区では、おやこクラブとの交流会を開催しました。

ごみ袋に、色紙・包装紙をちぎって入れ大きな風船を作り、みんなで遊びました。子どもたちは、歓声をあげ大喜びでした。

参加者全員が、心も体も温まった交流会でした。

