

CCDプロジェクトへの

取り組み

市長 米本弥一郎



市では、健康都市の実現を目指し「CCDプロジェクト」を推進しています。くわしくは、今月号2ページからの特集記事をご覧ください。

このプロジェクトについては、市としても全庁的な対応が必要と判断し、多様な若手職員で構成するプロジェクトチームにより、さまざまな取り組みを行っています。世界的なヘルスケア企業「ノボ社」との交流や、デンマーク大使館での情報交換など、通常の業務では経験できない貴重な活動も多く、人材育成の観点から実りあるものと感じています。

11月下旬からは、推進チームの企画「市役所から始める健康づくり」と題して、職員が健康に関する目標を書いたプレートを着け、常に意識しながら達成を目指しています。私も「週3運動」と目標を掲げ、出張先にもプレートを着けて行くように

しています。「それは何ですか?」と尋ねられることもしばしばあり、活動を紹介して興味を持ってもらえるようPRしています。ちなみに私は30〜40分程度のジョギングやウォーキングです。アクアラインマラソンに参加したときにダウンロードしたランニングアプリで、運動量なども確認できるので、楽しく取り組むことができ、励みにもなっています。

このほか、執務用のいすをバランスボールに換え、消費エネルギーを増加させ体脂肪を減らすことに挑戦しています。(遊んでいるわけではありませんので、誤解しないように)

3月19日に、市長と歩こう「よねさんば(仮)」を予定していますので、皆さまの参加をお待ちしております。健康意識を高め、皆さまと共に糖尿病対策・健康づくりに取り組んでまいります。