

# 創

—第29回—

## 健康寿命とお風呂の関係

暑い夏が続きますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。私は昨年からスタートした「ひとまもり・まちまもり懇談会」を今年は老人クラブ連合会さんと協力して市内各所で開催しています。テーマはズバリ「健康寿命の延伸」です。夏季は特に、熱中症対策についてもお話ししています。以前このコーナーでも「健活」「健康」についてお話ししましたが、別府市民の健康寿命は県内18市町村中：男性16位、女性15位！なんと不名誉な記録。これだけ豊かな自

然、美味しい食、日本一の温泉がありながら、これはいけません。特徴的な理由として考えられるのは、特定健診の受診率の低さ、慢性腎臓病の罹患の多さなどでしょう。そしてもう一つ気になるのが：お風呂の温度の高さ。冬にはヒートショックで亡くなる方も残念ながらいらっしゃいます。よく市営温泉や共同温泉に観光客が来て、あまりの熱さに足を入れただけで帰った、という様な話も聞きます。実は最近、市営温泉の温度も、熱くなり過ぎないよう調整しています。やはり適温は38度〜40度です。物足りない！と思われるでしょうが、ご自身の健康のため、ぜひお風呂の温度は適温で！



別府市長  
長野 恭紘

健康寿命の延伸は、ご自身と家族、地域の幸せのためです。これからも懇談会は市内各所で開催します。ご希望があれば、保健師さんたちと一緒に伺いますので、ぜひ自治振興課にお問い合わせください。



▲ 懇談会の様子

## トピックス通信



**輝** かしい功績をたたえて—「平成30年別府市スポーツ功労表彰式」が6月26日に別府市役所で行われ、県内外の各種大会で優秀な成績を収めた団体・個人や指導者など、37団体と個人112人を表彰しました。



**湯** ～園地計画、相次ぐ受賞—昨年度開催した「湯～園地計画」が斬新なPR手法や話題性などを評価され、第71回広告電通賞の特別賞とアクティベーション・プランニング電通賞、さらに第10回日本マーケティング大賞の地域賞を受賞しました。



**湖** 畔を淡く染め上げる—6月16日、「第32回神楽女湖花しょうぶ観賞会」が行われました。観賞会ではサクソ演奏やだんごの無料サービスも行われ、訪れた人たちは、花しょうぶが咲き誇る美しい景色を眺めたり、カメラなどで写真を撮ったりしていました。



**大** きくなってね！—栽培漁業の啓発活動として「ヒラメの稚魚の放流」が市と大分県東部振興局の共催により、7月2日に関の江海岸で行われました。参加した亀川幼稚園園児と亀川小学校1年生が、約5,000匹のヒラメの稚魚をやさしく海に放流しました。