



ま ちか ち インタビュー

あなたの健康維持・増進の取り組みは 今年一年を心身共に健康で暮らすために

東日本大震災から1年10カ月が過ぎました。町民の皆さんは、様々な要因で心身共にストレスや不安を抱え、苦勞を感じているのではないのでしょうか。
そんな状況を改善するために取り組んでいる方にお伺いしました。



新田 里子さん
(下北迫・東町)

毎日の食生活が健康の基
本と云われています。「人
は食によつて生あり」の言
葉通り、料理は得意ではあ
りませんが、何かと注意を
しながら生活を送つており
ます。私は「挑戦」という
言葉が大好きです。出来な
いながらも仮設で手芸、折

紙、コーラスにも参加させ
ていただき多くの方々との
会話をとおし、生命を輝か
せることも健康につながる
ことと思つております。



仮設住宅で行われている健康への取り組み



矢内 武さん
(折木・亀ヶ崎)

私は大正10年生れの92歳、
東日本大震災と原子力災害で
避難を続けておりますが、体
調を崩すことなく元気で暮ら
しております。

それは家族の絆と、戦中水
兵として太平洋隅々まで航海
し鍛え上げた心身を維持する
ため、朝晩2回の基礎体操と
手旗信号体操、そしてバラ
ンスの取れた食事があげられる、
適度の運動と早めの治療、夜
更かしと無理をしない事が健
康維持・増進の第一歩です。

編集後記

東日本大震災、福島
第一原発の事故からす
でに2年近くが過ぎよ
うとしています。

町民の避難生活が続
いていますが、平成25
年の新春を迎え、広野
町議会の始動は、成人
式でした。12月の定例
会でも、子どもたちや
若い人々が戻れる町に
なつて、はじめて安全
安心を言える、という
ことから、町の雇用を
拡大したい、放射能の
影響をできる限り少な
くしたい、という議論
でした。

ほとんど毎日余震が
あるなかで、福島第一
原発の状況を心配し、
思い起こさない町民は
いないと言つても過言
ではありません。広野
町そして双葉郡8ヶ町
村の未来を左右する原
発事故の収束と各町の
復興は、車の両輪です。
今や、双葉郡の玄関口

となつた広野町の復興
が(このように進むの
か)、他の7ヶ町村を
勇気づけることにもな
ります。広野町議会に
課せられたとも言える
責任をしっかりと認識し
ながら平成25年度に臨
んでいきたいと考えま
す。(畑中 大子)



色鮮やかなみかんが実る町内

次の定例会は3月です

- 発行・編集責任者 議長 鈴木紀昭
- 広報委員会 委員長 渡邊正俊
- 委員 北郷幹夫
- 委員 塩 史子
- 委員 渡辺久長
- 委員 遠藤 智
- 委員 畑中 大子
- 委員 小磯利雄

