



## 2023原爆と人間展が開催されました

神奈川県原爆被災者の会と県内生協が連携して取り組む「原爆と人間展」をそごう横浜店前の「新都市プラザ」で開催しました。新型コロナウイルスは5類へと変更になりましたが、感染対策として出入りに消毒スタンドを設置し、展示会場内は一方通行とするなどの対応を行いました。また、昨年同様、6名の被爆者の証言録画の視聴とご本人と対話のできる「被爆証言コーナー」を設け、多くの方にご参加いただきました。

今年は広島でのG7サミットの開催により、核兵器に対する関心が高まっていることもあってか、連日の猛暑の中にも関わらず、時間をかけて展示パネルを見ている来場者の姿が印象的でした。

- 日 時 / 2023年8月25日(金)～28日(月) 10:00～18:00(最終日は14時まで)
- 来場者 / 10,004名
- 会 場 / 新都市プラザ(横浜駅東口地下2階 そごう横浜店前)
- 企 画 / ・原爆被災者が描いた絵の展示  
・日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名  
・被爆証言コーナー
- 主 催 / 2023原爆と人間展運営委員会

神奈川県原爆被災者の会、神奈川県建設労働組合連合会、原水爆禁止神奈川県協議会、ユーコープ、パルシステム 神奈川、川崎医療生協、医療生協かながわ、神奈川北央医療生協、神奈川みなみ医療生協、神奈川県生協連



# 2023 ヒロシマ・ナガサキ平和スタディツアー 報告会

～ヒロシマで感じたこと・学んだことから何ができるのか?考えてみよう!～

神奈川県生協連では、戦争も核兵器もない平和な社会の実現を願い、被爆地に行って直接見て、聞いて、歩き、考え、話し合った体験を心に刻み、命の尊さと平和の大切さを考え、伝え・つないでいくことを目的に、毎年広島と長崎に原爆の投下された日に合わせて平和スタディツアーを開催しています。

今年のヒロシマ親子平和スタディツアーには、小学4年から中学3年の13名、保護者13名(事務局8名)が参加、ナガサキ平和スタディツアーは、ユーコープ、パルシステム神奈川からの代表派遣2名を予定していましたが、台風7号の影響による荒天のため、安全面を考慮し、派遣を中止しました。

8月26日は、子ども、保護者、生協関係者による報告会が行われ、現地での体験や感じたこと、考えたことを報告し合い、改めて平和の尊さや伝えていくことの大切さを共有しました。

■ 日時 / 2023年8月26日(土) 13:30~15:00

■ 会場 / ビジョンセンター横浜(横浜市西区北幸2-5-15)

■ 次第 /

司会：稲葉 順子さん ユーコープ

◆ 2023ヒロシマ子ども平和スタディツアー3日間の映像紹介・事務局報告

生活クラブ生協・神奈川 小林 紗也花さん

パルシステム神奈川 河瀬 亜希さん

富士フィルム生協 岩間 亜由美さん

パルシステム神奈川 加藤 結香さん

◆ 参加報告

ヒロシマ親子平和スタディツアー

子ども代表報告：山中幸祐さん、高塚結月さん、井上ひなさん、佐藤菜恩さん

保護者代表報告：石垣宗秀さん、高塚友妃子さん

◆ 主催者挨拶：當具伸一 神奈川県生活協同組合連合会代表理事長

◆ 参加：39名

ユーコープ、パルシステム神奈川、生活クラブ生協、富士フィルム生協、やまゆり生協、神奈川県生協連



## 第4回よこすかセンターまつりに参加しました

9月9日、パルシステム神奈川横須賀センターにおいて第4回よこすかセンターまつりが4年ぶりに開催され、横須賀市生協運営協議会が体験エリアに「健康チェックの会」として参加しました。

生協クイズ、子どもを対象とした輪投げ、神奈川みなみ医療生協による骨密度測定など、多くの方に体験していただきました。



第4回よこすかセンターまつりの様子





## 健康チャレンジで健康的な生活習慣を会得しましょう!

今年も健康チャレンジの季節がやってきました。

健康チャレンジはお子さんから高齢の方まで幅広い世代に健康づくりのきっかけを提供する大切な取組です。チャレンジの内容は生活習慣、運動習慣、食習慣、社会参加の4つのカテゴリの中に更に各4つの具体的な取組があります。これらの項目は一般的に健康に良さそうなもので構成されているようにみえますが、実は健康長寿と深い関わりがある項目が並んでいます。

図に示されている健康長寿の12か条は、これまでに国内外で行われた健康長寿に関する様々な調査・研究の結果を各分野の専門家が取りまとめて提案したものです。健康チャレンジと比較して頂くと、健康長寿においても運動・栄養・社会参加および生活習慣が重要である事がわかります。

健康長寿と言うと高齢世代のものと思われがちですが、健康長寿のための取組は若い頃や子どもの頃の習慣が影響します。子どもの頃から健康的な習慣がある人は、大人になってもそれを当たり前的事として継続する可能性が高いですし、その習慣は高齢になっても続きます。習慣となっている行動は日常の中で苦労を感じませんが、慣れていない行動を新しくあれもこれも始めるのは大変です。もちろん子どもの頃の習慣が全て継続する訳ではありませんが、少なくとも習慣となっている行動が多いほど健康づくりが簡単になるのは間違いありません。お子さんから若い世代、また働き盛り世代の方には是非積極的に健康チャレンジに取り組んで頂きたいと思います。

一方で、高齢になってから新しい取組を始める事は生活への良い刺激となる側面もあります。毎年、1つずつでも新しい健康づくりにチャレンジして頂き、健康的な習慣を当たり前的事として頂ければと思います。また、このような素晴らしい取組ですのでみなさんの身近な方にも勧めて頂き、神奈川県をまるごとカバーできるほど広げて頂ければと思います。

東京都健康長寿医療センター研究所  
鈴木 宏幸先生



日々の暮らしの  
合い言葉に!

### 健康長寿のための12か条

(大切な12の課題とその処方箋)

- |               |                             |
|---------------|-----------------------------|
| ① 食生活         | いろいろ食べて、やせと栄養不足を防ごう!        |
| ② お口の健康       | 口の健康を守り、かむ力を維持しよう!          |
| ③ 体力・身体活動     | 筋力+歩行力で、生活体力をキープしよう!        |
| ④ 社会参加        | 外出・交流・活動で、人やまちとつながろう!       |
| ⑤ ころろ(心理)     | めざそうウェル・ビーイング。百寿者の心に学ぼう!    |
| ⑥ 事故予防        | 年を重ねるほど増える、家庭内事故を防ごう!       |
| ⑦ 健康食品やサプリメント | 正しい利用の目安を知ろう!               |
| ⑧ 地域力         | 広げよう地域の輪。地域力でみんな元気に!        |
| ⑨ フレイル        | 「栄養・体力・社会参加」3本の矢で、フレイルを防ごう! |
| ⑩ 認知症         | よく食べ、よく歩き、よくしゃべり、認知症を防ごう!   |
| ⑪ 生活習慣病       | 高齢期の持病を適切にコントロールする知識を持とう!   |
| ⑫ 介護・終末期      | 事前の備えで、最期まで自分らしく暮らそう!       |

図 健康長寿のための12か条(東京都健康長寿医療センター研究所ホームページ)

[https://www.tmghig.jp/research/release/cms\\_upload/press20170613\\_1.pdf](https://www.tmghig.jp/research/release/cms_upload/press20170613_1.pdf)



## 健康チャレンジ2023今年も始まります

- 取組期間：2023年10月～11月の2か月間のうち30日以上
- 取組方法：①チャレンジシートをもらって参加  
②WEB参加
- 参加対象：どなたでも無料で参加できます。
- シート提出メ切：2023年12月15日



神奈川県生協連健チャレ



シート提出でプレゼント!

# 開催予告

## 日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名街頭活動を行います

- 日 時 / 2023年9月25日(月) 13:30~15:00
- 場 所 / JR桜木町駅前広場 ランドマークタワー方面エスカレーター下付近
- 内 容 / 日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名の呼びかけ・街頭原爆展等
- 主 催 / 神奈川県原爆被災者の会、神奈川県生活協同組合連合会



前回2019年度の様子

## 2023年神奈川県生協大会 一人ひとりが大切にされる社会を

生協大会は私たちの暮らしにとって重要で社会的なテーマを学習し深め合い、今後の活動に結びつけることによって、暮らしを守り暮らしをより豊かにしていくきっかけの場。

- 日 時 / 2023年10月12日(木) 10:00~12:20
- 会 場 / ワークピア横浜2階 横浜市中区山下町24-1

[基調講演] 気候危機の実態と私たちにできること~みんなが知れば必ず変わる~  
谷口たかひさ氏 環境活動家

[生協の活動紹介] 4年ぶりのリアル発表!

[展示・ブース] 商品の販売、サンプル配布、医療生協による健康チェックなど

\* 参加：参加無料

二次元コードより10月2日までにお申込みください。  
(定員になり次第締め切らせていただきます)



2023年神奈川県生協大会(第2弾)  
一人ひとりが大切にされる社会を  
日程 10月12日(木)  
時間 10:00~12:20(開場9:40)  
会場 ワークピア横浜2階 横浜市中区山下町24-1  
定員 200名  
参加費 無料!  
基調講演 気候危機の実態と私たちにできること ~みんなが知れば必ず変わる~  
講師 谷口たかひさ氏  
活動紹介 生協の活動は4年ぶりのリアル発表です!  
展示・ブース フードバンクやフードドライブ等の販売、サンプル配布、医療生協による健康チェックなど!

## 4都県生協連 共催企画 どうする若者、どうする私たち

昨年の憲法学習会に続き、今年も4つの都県生協連による共催で学習会を開催します。今、様々な社会活動や意見の発信などに積極的に取り組む若者たちが増えています。今回の企画では、積極的に活動する若者たちの価値観や視点、また彼らが目指すこれからの社会など、そのリアルな声を聴くことから多様な人々や団体などとの連携(ネットワーク)の在り方や活動の持続、継承などについて考えます。

- 日 時 / 2023年11月11日(土) 14:00~16:30 参加無料
- 参加方法 / 会場参加/オンライン参加/アーカイブ配信あり
- 会 場 / 東京都生活協同組合連合会会議室

[パネリスト]

- 能條桃子さん NO YOUTH NO JAPAN代表 FIFTYS PROJECT代表
- 高橋悠太さん カクワカ広島共同代表 KNOW NUKES TOKYO 元共同代表
- 都築則彦さん NPO法人ORIGAMI理事長 EARTH LIGHT PROJECT代表

4都県生協連 共催企画  
どうする若者、どうする私たち  
~若者との対話から、未来を考える~  
参加無料 11月11日(土) 14:00~16:30  
会場参加 500名  
オンライン参加 150名  
プログラム予定  
14:00 開会『わたしたちの活動とは~』  
15:10 『自分たちが活動する理由~』  
16:00 質疑応答&まとめ  
申し込み方法  
11月5日  
会場 東京都生活協同組合連合会  
主催 東京都生活協同組合連合会

右記二次元コードより11月5日  
までにお申込みください。  
(定員になり次第締め切らせて  
いただきます)

