

体組成計で自分のからだを測ってみませんか

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

自分のからだの体脂肪率・筋肉量を知ろう

きくよう健康倶楽部事業では、ウォーキングの効果を実感していただく方法のひとつとして、体組成計での測定をおすすめしています。町内施設4カ所に体組成計を設置しており、体重はもちろん、体脂肪率、筋肉量を体の部位ごとに測定できます。

活動量計を介してタニタのホームページ上に測定結果を送信し、自宅のパソコンやスマートフォンで確認することができます。

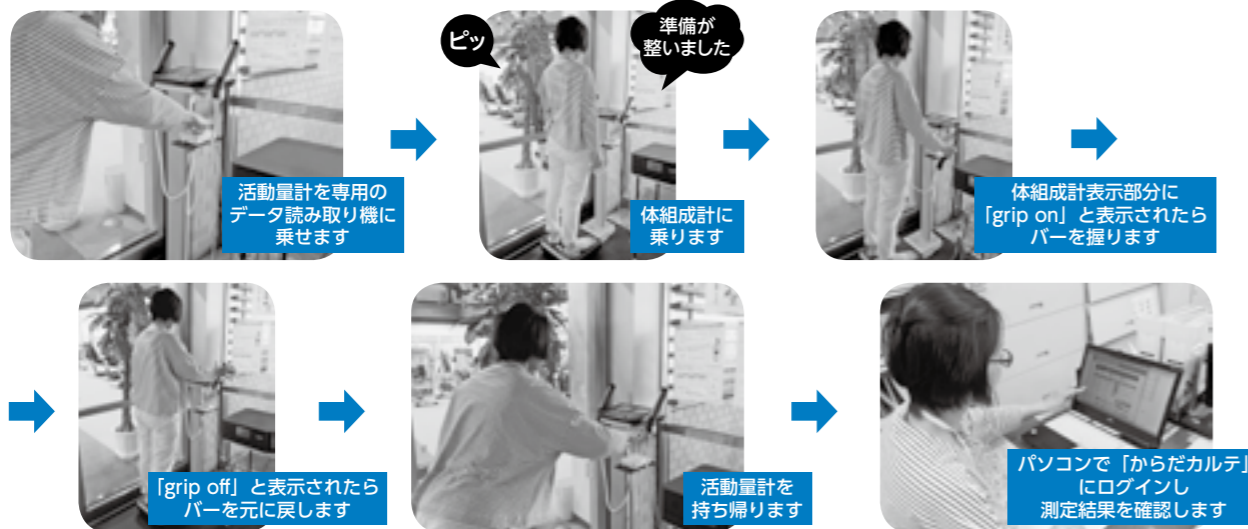
定期的に測定すると、ホームページ上で自動的にグラフ化するため、結果を見ることができ、より意識が高まると好評です。

きくよう健康倶楽部会員で、活動量計を持参して計測することで5ポイント付与されます(月に1回付与)。



体組成計の測定結果

こうやって計測します(活動量計持参バージョン)



月1回、光の森町民センターとさんふれあで測定会を行います

定期的に体組成計で測定していただくために、毎月1回測定会を開催します。測定結果を印刷し、クラブきくようのスタッフがアドバイスを行います。測定会では、きくよう健康倶楽部に加入していない人も計測することができますので、この機会に試してみてください。

■今月の測定日 [光の森町民センター] 5月30日(休) 午前10時~正午
[さんふれあ] 5月30日(休) 午後1時30分~3時30分

※6月以降の測定日は決まり次第お知らせします。

無料で測定できます

体組成計の設置場所

- ① 菊陽町総合交流ターミナル「さんふれあ」
- ② 光の森町民センター健康増進室
- ③ 南部町民センター
- ④ ふれあいの森研修センター

※①のみ、300円で測定結果の印刷とスタッフの指導が受けられます。②③④にスタッフは常駐していません。



公共交通体系の見直しを進めています

総合政策課 地域振興係 ☎(232)2112

町は、平成14年度から運行している巡回バス「キャロッピー号」の現状や課題を整理し、町民の皆さまの意見や要望などをお聞きしながら、新たな公共交通の導入を見据えた総合的な公共交通体系の見直しを進めています。

第2回菊陽町交通弱者対策懇話会

3月28日に、第2回交通弱者対策懇話会が開催されました。懇話会では、乗合タクシーの導入や利用者にわかりやすい公共交通を望む声などがあり、懇話会提言案についての議論が進められました。



さまざまな意見を交わす懇話会委員

公共交通に関する意見交換会

町民の皆さまの幅広い意見をお聞きするために、区長会、地域婦人会、老人クラブ連合会、身体障害者福祉協会など各種団体との意見交換やアンケート調査などを行い、総勢178人から意見を頂きました。



意見交換会の様子(菊陽町役場)

懇話会提言書の手交式

菊陽町役場で4月3日、懇話会の委員長である熊本大学くまもと水循環・減災研究教育センター准教授の円山琢也委員長と久保田昌生副委員長から、懇話会や意見交換会などの意見を取りまとめた提言書が町長に手交されました。提言書の内容は下表のとおりです。



提言書を手交する円山委員長(中央)と久保田副委員長(左)

今後、町は「交通弱者対策協議会」において具体的な見直し内容の検討を行い、令和2年1月からの試験運行の開始を目指します。

提言1 見直し対象とする巡回バス系統や区間の選定及び乗合タクシーの導入

巡回バスの利用者実態を考慮し、「利用者の少ない路線は廃止」も止むを得ないという厳しい視野に立ち、見直し系統や区間の選定を希望します。また、対象となる系統や区間においては、現行利用者のサービス水準を一定程度は担保できるように、新たな公共交通システムとして「乗合タクシー」の導入を提案します。

提言2 既存の巡回バスシステムの利便性向上につながる改善方策の検討

運行を継続する巡回バスの運行ルート、バス停位置、運行頻度等については、費用面を考慮しつつ、利用者の利便性向上に寄与する改善方策の検討を希望します。

提言3 町民への公共交通の情報提供の改善及び利用啓発の工夫

今後将来的に増加が予想される自動車運転免許を返納した高齢者等をはじめとした自動車を運転できない交通弱者を中心に、公共交通の利用機会が高まるように、既存の割引サービスの周知や、分かりやすい時刻表や乗換え案内の作成などによる情報提供の改善を提案します。また、町内の誰もが公共交通に関心を持つよう、公共交通の利便性を周知し、公共交通の利用を啓発する工夫を希望します。